

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)**  
**PERIODE 10 AGUSTUS – 11 SEPTEMBER 2015**  
**SMA NEGERI 1 MERTOYUDAN**  
**Disusun sebagai pertanggungjawaban pelaksanaan PPL**  
**Semester Khusus Periode 2015/2016**



Disusun oleh:  
YOGI ARDI SETIAWAN  
NIM 12601244051

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**  
**PENDIDIKAN OLAHRAGA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**2015**

## HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertandatangan di bawah ini, menyatakan bahwa :

**Nama : Yogi Ardi Setiawan**  
**NIM : 12601244051**  
**Fak/Jur/P.Studi : Fakultas Ilmu Keolahragaan/ Pendidikan**  
**Olahraga/ Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

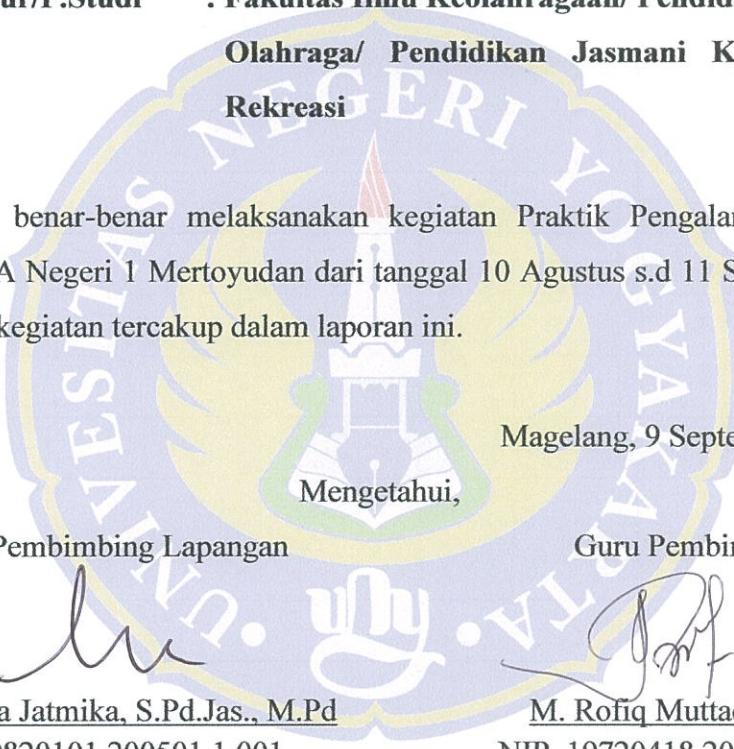
Telah benar-benar melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 1 Mertoyudan dari tanggal 10 Agustus s.d 11 September 2015 dengan hasil kegiatan tercakup dalam laporan ini.

Magelang, 9 September 2015

Mengetahui,

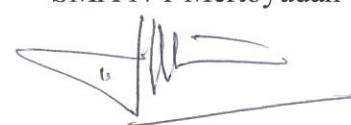
Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

  
Herka Maya Jatmika, S.Pd.Jas., M.Pd  
NIP. 19820101 200501 1 001  
M. Rofiq Muttaqin, S.Pd  
NIP. 19720418 200701 1 014

Mengesahkan,

Kepala Sekolah  
SMA N 1 Mertoyudan  
Drs. Edy Yunanto, M. Pd  
NIP. 19600906 1994 12 1 001  


Koordinator PPL  
SMA N 1 Mertoyudan  
Prihatin Widodo, S.Pd.  
NIP. 196801191991011002  


## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta tahun akademik 2015/2016 dengan baik dan lancar. Laporan ini merupakan laporan PPL yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Mertoyudan mulai tanggal 10 Agustus s.d. 11 September 2015.

Laporan ini disusun berdasarkan data hasil observasi, praktik pengalaman lapangan, dan program kerja PPL yang telah dilaksanakan sebagai bentuk pertanggungjawaban atas kegiatan yang telah dilaksanakan.

Penyusun menyadari bahwa keberhasilan kegiatan PPL ini tidak lepas dari bantuan dan peran serta dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penyusun mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Tim UPPL UNY yang telah memberikan kesempatan untuk dapat melaksanakan kegiatan PPL dan memberikan panduan tentang pelaksanaan kegiatan PPL.
3. Bapak DR. Dwiyanto Djoko Pranowo, M.Pd , selaku koordinator Dosen Pamong yang telah membimbing kami baik di kampus maupun di lokasi.
4. Herka Maya Jatmika, S.Pd.Jas., M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Lapangan Praktik Pengalaman Lapangan (DPL PPL) yang telah memberikan waktu dan tenaga untuk membimbing dan mengarahkan kegiatan PPL selama di SMA Negeri 1 Mertoyudan.
5. Drs. Edy Yunanto, M. Pd, selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Mertoyudan yang telah memberi kesempatan untuk melaksanakan kegiatan PPL UNY 2015 di SMA Negeri 1 Mertoyudan.
6. Prihatin Widodo, S.Pd, selaku koordinator sekolah PPL UNY 2015 yang telah memberikan informasi yang kami butuhkan selama kegiatan.
7. Bapak M. Rofiq Muttaqin, S.Pd, selaku Guru Pembimbing Lapangan yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam melaksanakan praktik mengajar.
8. Karyawan dan Tata Usaha SMA Negeri 1 Mertoyudan yang telah banyak membantu kelancaran penyusun dalam menjalankan kegiatan PPL baik dalam bentuk tenaga maupun pikiran.
9. Orang tua saya yang senantiasa memberikan dukungan selama pelaksanaan PPL ini.
10. Seluruh siswa-siswi SMA Negeri 1 Mertoyudan yang telah membantu pelaksanaan PPL dan telah memberikan kenangan indah bagi penyusun.

11. Semua pihak yang tidak dapat penyusun sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan PPL Universitas Negeri Yogyakarta 2015 di SMA Negeri 1 Mertoyudan

Akhirnya penyusun menyadari bahwa dalam penulisan laporan ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu penyusun membuka hati dengan lapang untuk menerima kritik dan saran yang membangun serta berharap semoga laporan ini sedikitnya dapat berguna bagi Lembaga Pengabdian Masyarakat, sekolah khususnya, maupun mahasiswa PPL selanjutnya.

Magelang, 10 September 2015

Penyusun

Yogi Ardi Setiawan

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	i
Halaman Pengesahan .....	ii
Kata Pengantar .....	iii
Daftar Isi .....	v
Daftar Lampiran .....	vi
Abstrak .....	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Analisis Situasi .....	2
C. Rumusan Program Kegiatan .PPL .....	8
BAB II PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL	
A. Persiapan .....	11
B. Pelaksanaan .....	13
C. Analisis Hasil Pelaksanaan .....	17
BAB III PENUTUP	
A. Kesimpulan .....	21
B. Saran .....	22
Daftar Pustaka .....	24
Lampiran-Lampiran .....	25

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Format Observasi Kondisi Sekolah
2. Format Observasi Pembelajaran di Kelas dan Peserta Didik
3. Matriks Program Kerja Individu PPL
4. Kartu Bimbingan PPL di Lokasi
5. Jadwal Pelajaran
6. Laporan Mingguan Individu Pelaksanaan PPL
7. Perangkat Pembelajaran:
  - a. Silabus Kelas XI Semester 1
  - b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) kelas XI semester 1 yang digunakan mengajar di SMA Negeri 1 Mertoyudan.
8. Daftar Presensi Siswa XI IPA
9. Laporan Dana
10. Jurnal Mengajar
11. Foto Kegiatan

**LAPORAN INDIVIDU**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LANGSUNG**  
**TAHUN AKADEMIK 2015**  
**SMA Negeri 1 Mertoyudan, Magelang, Jawa Tengah**

*Disusun oleh:*

Yogi Ardi Setiawan

12601244051

**ABSTRAK**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan strategi untuk melengkapi kompetensi mahasiswa sebagai calon tenaga pendidik. PPL bertujuan untuk memberikan pengalaman kepada mahasiswa baik yang berkaitan dengan proses pembelajaran maupun kegiatan adminitrasi pendidikan dalam rangka melatih dan mengembangkan kompetensi keguruan atau kependidikan. Melalui PPL mahasiswa dapat mendarmabaktikan ilmu akademisnya di lapangan dan juga dapat belajar dari lapangan. PPL juga berfungsi sebagai salah satu cara melatih mental mahasiswa didepan dan diluar kelas. Selain itu, PPL dapat menambah pengalaman dan wawasan dalam proses KBM, agar nantinya mahasiswa mempunyai bekal untuk terjun kedalam dunia pendidikan sebagai tenaga pendidik.

Praktek Pengalaman Lapangan telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Mertoyudan mulai tanggal 10 Agustus hingga 11 September 2015. Kegiatan yang telah dilaksanakan meliputi praktek mengajar, pembuatan RPP, dan pembuatan media pembelajaran serta kegiatan lainnya yang diselenggarakan di sekolah. Praktek mengajar dimulai dari tanggal 11 Agustus 2014 sampai tanggal 3 September 2015. Kegiatan praktik mengajar dilaksanakan setiap hari Selasa (Jam ke 1, 2, 3) di kelas XI IPA 4 dan (jam ke 4, 5, 6) di kelas XI IPA 3 serta Kamis (Jam ke 1, 2, 3) di kelas XI IPA 1 dan (jam ke 10, 11, 12) di kelas XI IPA 2 mengajar pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dengan materi “Permainan Bola Besar, Atletik dan Senam Lantai” (*Mempraktikan permainan sepak bola, bola voli, jalan cepat dan guling depan*). Pengajaran dilakukan dengan cara Mengajar Terbimbing.

Berdasarkan hasil pelaksanaan, program PPL dapat berjalan lancar meskipun ada sedikit hambatan dalam pelaksanaannya. Namun demikian hambatan tersebut dapat teratasi berkat hubungan dengan guru pembimbing dan pihak sekolah. Namun, hal ini secara umum tidak mempengaruhi kinerja praktikan dalam melaksanakan programnya. Kelancaran pelaksanaan program PPL UNY 2015 ini tidak lepas dari adanya kerjasama yang baik antara pihak mahasiswa, guru, karyawan dan siswa SMA Negeri 1 Mertoyudan.

**Kata kunci: Praktek Pengalaman Lapangan UNY. UNY.**



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan salah satu bentuk pendidikan dengan memberikan pelatihan dan pengalaman belajar yang berhubungan dengan masyarakat khususnya dunia kependidikan sehingga dapat mengidentifikasi permasalahan dan dapat memberikan solusi yang berkaitan dengan dunia kependidikan.

Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu Lembaga Perguruan Tinggi Negeri yang mempunyai tujuan mendidik (menyiapkan) tenaga kependidikan yang professional agar dapat bersaing dalam dunia kependidikan baik dalam skala nasional maupun internasional. Salah satu cara yang digunakan untuk mendidik tenaga kependidikan yang professional yaitu dengan adanya Praktik Pengalaman Lapangan (PPL).

Dalam kegiatan Praktik Pengalaman Mengajar ini, mahasiswa diterjunkan ke sekolah/lembaga dalam jangka waktu tertentu secara bertahap dan berkesinambungan untuk dapat mengenal, mengamati dan mempraktikan semua kompetensi yang diperlukan bagi seorang guru/tenaga kependidikan. Pengalaman yang telah diperoleh diharapkan dapat dipakai sebagai modal untuk mengembangkan diri sebagai calon guru/tenaga kependidikan yang sadar akan tugas dan tanggung jawabnya sebagai tenaga akademis (profesional kependidikan).

Kegiatan pelaksanaan PPL bagi mahasiswa studi kependidikan meliputi:

1. Observasi Lapangan
2. Pelaksanaan Praktik Mengajar
  - Latihan Mengajar Terbimbing
  - Latihan Mengajar Mandiri
3. Praktik Persekolahan
  - Pengelolaan Administrasi Sekolah dan Administrasi Kelas
  - Pengelolaan Perpustakaan dan Bidang Studi lain
4. Penyusunan Laporan PPL

Penyusunan laporan PPL bertujuan agar mahasiswa memiliki pengalaman faktual tentang pelaksanaan proses pembelajaran dan kegiatan pendidikan lainnya, sehingga mahasiswa dapat menggunakan pengalamannya sebagai bekal untuk membentuk tenaga kependidikan yang profesional yang memiliki nilai, sikap, pengetahuan dan ketarmpilan yang diperlukan dalam profesi.



Sebelum melaksanakan praktik mengajar, praktikan melakukan observasi ke lapangan terutama yang berkaitan dengan situasi dan kondisi lapangan tempat melaksanakan PPL.

## **B. Analisis Situasi**

Sebelum melaksanakan kegiatan PPL, setiap mahasiswa tentunya harus memahami terlebih dahulu lingkungan dan kondisi lokasi kegiatan PPL. Sehubungan dengan hal tersebut, maka setiap mahasiswa baik secara individu maupun kelompok harus melaksanakan observasi terhadap lokasi PPL di SMA Negeri 1 Mertoyudan, Magelang, Jawa Tengah. Hal ini dimaksudkan agar peserta PPL dapat mempersiapkan rancangan-rancangan program kegiatan selama PPL yang akan dilaksanakan.

Analisis situasi ini dibutuhkan untuk mendapatkan data tentang kondisi, baik fisik maupun non-fisik yang ada di SMA Negeri 1 Mertoyudan sebelum melaksanakan kegiatan PPL. Tujuan analisis situasi ini adalah enggali potensi dan kendala yang ada secara obyektif dan riil sebagai bahan acuan untuk merumuskan program kegiatan. Untuk itu kami melakukan observasi sebelum pelaksanaan PPL. Adapun hasil yang kami peroleh dari kegiatan observasi tersebut kemudian kami rancang dalam beberapa program kerja.

### **1. Kondisi Umum SMA Negeri 1 Mertoyudan**

SMA Negeri 1 Mertoyudan merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas yang mempunyai banyak prestasi untuk daerah Kabupaten Magelang. SMA Negeri 1 Mertoyudan secara resmi didirikan atas prakarsa Gubernur Akademi Militer (Mayjen Sarwo Edie Wibowo) bekerja sama dengan Pemerintah Daerah Tingkat II Kabupaten Magelang (Drs. Achmad) pada Tahun 1971. Secara geografis SMA Negeri 1 Mertoyudan terletak di komplek perumahan militer Panca Arga, Mertoyudan, Magelang, Jawa Tengah. Sekolah itu berada pada wilayah yang cukup tenang dan nyaman karena jauh dari jalan raya yang cukup padat lalu lintas sehingga memungkinkan siswa untuk berkonsentrasi selama mengikuti kegiatan pembelajaran. SMA Negeri 1 Mertoyudan merupakan salah satu sekolah yang digunakan sebagai lokasi PPL Universitas Negeri Yogyakarta pada tahun ajaran 2015/2016.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

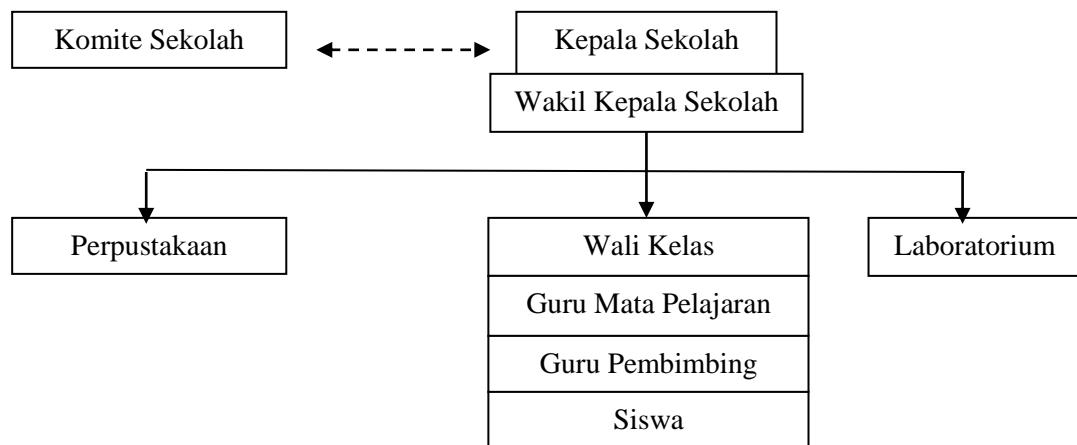
*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

## **2. Profil Sekolah**

Visi yang dimiliki SMA Negeri 1 Mertoyudan adalah “UNGGUL DALAM PRESTASI LUHUR DALAM BUDI PEKERTI DAN MAJU DALAM KREASI”. Sedangkan misi yang dilakukan untuk meraih visi tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Menyelenggarakan pembelajaran yang aktif, menyenangkan dan inovatif.
- b. Menyediakan sarana prasarana pembelajaran berbasis Teknologi Informasi.
- c. Melaksanakan Program Peningkatan Sumberdaya Manusia yang dilakukan secara berkesinambungan.
- d. Pemberdayaan kegiatan keagamaan bagi siswa.
- e. Mengembangkan budi pekerti melalui pembelajaran budaya daerah.
- f. Menumbuhkan sikap empati melalui program ESQ.

## **3. Struktur Organisasi SMP Negeri 3 Depok**



## **4. Kondisi Fisik Sekolah**

SMA Negeri 1 Mertoyudan secara geografis berada cukup jauh dari jalan raya yaitu sekitar 300 meter. Dilihat dari segi fisik, sarana dan prasarana pendidikan yang ada di SMA Negeri 1 Mertoyudan sudah memadai. Sekolah tersebut memiliki berbagai fasilitas yang digunakan untuk membantu kelancaran proses pembelajaran. Berdasarkan observasi yang dilakukan pada pra PPL, diperoleh data sebagai berikut:

- a. SMA Negeri 1 Mertoyudan menggunakan sistem moving class dan setiap tingkatnya terdapat 9 kelas.
  - a. Kondisi lingkungan SMA Negeri 1 Mertoyudan

Letak SMA Negeri 1 Mertoyudan terletak di kabupaten Magelang, tepatnya di Mertoyudan, cukup jauh dari jalan raya dan terletak di komplek



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

---

perumahan militer Panca Arga, jadi kegiatan pembelajaran bisa berjalan dengan nyaman

- b. Sistem ruangan yang digunakan di SMA Negeri 1 Mertoyudan adalah moving class. Jadi, siswa berpindah-pindah kelas menyesuaikan dengan kelas yang diikuti.
- c. Laboratorium

a) Laboratorium IPA

SMA Negerti 1 Mertoyudan memiliki satu laboratorium IPA yang digunakan untuk kegiatan praktikum. Laboratorium memiliki alat penunjang berupa alat praktikum yang sudah cukup lengkap yang dilengkapi dengan instalasi listrik, washtafel, dan lain-lain

Dalam hasil observasi terdapat beberapa hal yang cukup penting namun belum tersedia yaitu buku inventaris yang sistematis. Ada beberapa barang di laboratorium yang terletak bukan pada tempatnya.

b) Laboratorium komputer

Ruang ini memiliki computer sebanyak 33 buah dengan 1 komputer server. Fasilitas tersebut sudah cukup memadai untuk satu kelas, karena setiap kelas berisi 32 peserta didik. Fasilitas lain yang terdapat di ruang ini adalah white board, meja dan kursi guru, radio tape, LCD, printer, lemari penyimpanan, alat kebersihan, kalender, jam, AC, dan kipas angin. Selain itu untuk keamanan ada seorang penjaga yang bertugas. Namun kerapian ruangan masih belum terjaga dan belum ada daftar inventaris laboratorium computer.

d. Ruang Perkantoran

a) Ruang kepala sekolah

Ruang kepala sekolah terletak di sebelah utara setelah memasuki pintu masuk, ruang kepala sekolah berdekatan dengan ruang tata usaha dan ruang guru. Kondisi ruangannya rapi, terawat, dan dilengkapi dengan ruang tamu.

b) Ruang tata usaha

Ruang tata usaha berada berdekatan dengan ruang kepala sekolah. Ruang TU berfungsi sebagai administrasi sekolah baik yang berhubungan dengan peserta didik, karyawan maupun guru.

c) Ruang guru

Ruang guru terpisah dengan ruang kepala sekolah dan ruang TU namun masih berada dalam satu bangunan. Hal ini mempermudah bagi



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

---

tenaga pendidik untuk saling berinteraksi dalam pemenuhan kebutuhan yang menunjang kegiatan belajar mengajar maupun administrasi.

**d) Ruang BK**

Ruang BK berdekatan dengan ruang tata usaha dan toilet guru. Ruang bimbingan konseling ini digunakan untuk membimbing dan mengarahkan peserta didik. Keberadaan BK sangat membantu peserta didik dalam menyelesaikan berbagai macam persoalan yang menghambat proses belajar mengajar. Selain itu juga membantu peserta didik berkonsultasi untuk membantu selama menentukan kelanjutan studi ke jenjang selanjutnya. Bimbingan konseling tidak masuk dalam jadwal pelajaran reguler, namun diadakan di luar jam pelajaran. Hal ini dikarenakan tidak ada lagi waktu yang tersisa untuk mengadakan bimbingan secara terus menerus dan berkesinambungan terutama dengan adanya pengurangan waktu peserta didik di sekolah. Waktu yang semula dialokasikan untuk bimbingan konseling dipakai untuk mata pelajaran lain guna memenuhi waktu minimal mengajar guru.

**e) Perpustakaan**

SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki ruang perpustakaan yang menunjang kegiatan belajar peserta didik yang dilengkapi dengan berbagai buku. Administrasi di perpustakaan di SMA Negeri 1 Mertoyudan cukup rapi. Koleksi buku di ruang perpustakaan terdapat 1.233 judul dan 10.000 eksemplar dengan kondisi buku yang masih baik, pendataan pengunjung maupun peminjaman buku masih dilakukan secara manual.

**f) Ruang UKS**

Ruang UKS terletak di sebelah selatan bangunan dan berdekatan dengan ruang arsip sekolah. Ruang UKS diperuntukkan peserta didik yang sedang sakit. Dalam UKS terdapat 2 tempat tidur, 1 untuk putra dan 1 untuk putri. Selain itu ada almari obat dan baskom untuk cuci tangan.

**g) Mushola**

Tersedia ruang ibadah bagi peserta didik muslim dengan 2 tempat wudlu yaitu untuk perempuan dan laki-laki. Di mushola juga terdapat almari tempat meletakkan mukena, sajadah, sarung, dan Al-Qur'an.

**h) Ruang Kegiatan Peserta Didik**

**1. Ruang osis**



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

---

Ruang osis merupakan tempat untuk peserta didik menyalurkan bakat dan minatnya dalam berorganisasi di sekolah. Ruang osis terletak pada gedung sebelah timur dan berdekatan dengan ruang musik almari yang digunakan untuk menyimpan peralatan osis dan dokumen osis.

**2. Lapangan Upacara dan Lapangan Olahraga**

Lapangan upacara terdapat di tengah sekolah yang digunakan untuk upacara bendera setiap hari Senin maupun untuk apel. Lapangan olahraga digunakan untuk lapangan basket, voli, maupun badminton.

**3. Fasilitas penunjang lainnya**

- a) Gudang
- b) Kantin sekolah
- c) Dapur
- d) Kamar mandi/WC guru dan karyawan
- e) Kamar mandi/WC peserta didik
- f) Parkir sepeda peserta didik
- g) Parkir kendaraan guru dan karyawan
- h) Ruang arsip sekolah
- i) Aula

- b. Jumlah guru dan karyawan sebanyak 77 orang, dengan rincian 40 guru PNS, 6 TU PNS, 1 penjaga PNS, 16 guru tidak tetap dan 16 pegawai tidak tetap
- c. Sarana dan prasarana yang mendukung pelaksanaan kegiatan belajar mengajar terdiri dari ruang kelas, laboratorium komputer, laboratorium multimedia, laboratorium IPA, lapangan olahraga, UKS, masjid, ruang agama, perpustakaan, ruang administrasi, ruang bimbingan konseling, pendapa serta ruang guru.

**5. Kondisi Non Fisik**

a. Potensi Siswa

Enisitas dan pengajar SMA Negeri 1 Mertoyudan sangat memahami bahwa seorang siswa tidak hanya memerlukan input kognitif saja dalam perkembangannya, tetapi juga input yang dapat menumbuhkan sikap afektif, sosial, kecerdasan emosi dan kemampuan psikomotorik untuk membentuk sebuah kepribadian ataupun karakter manusia yang utuh. Oleh karena itu, selain menyelipkan nilai-nilai tersebut pada pelajaran di kelas, SMA Negeri 1 Mertoyudan juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan diri melalui ekstrakurikuler yang ada, seperti: Musik, Tari,



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

Paduan Suara, Basket, Bolavoli, Futsal, Tenis, Pencak Silat, TONTI (Pleton Inti), Pencak Silat, PMR, Pramuka dan Renang. SMA Negeri 1 Mertoyudan mempunyai siswa dan siswi yang cukup berpotensi. Hal tersebut dibuktikan dengan berbagai prestasi yang berhasil diraih baik di bidang intrakurikuler maupun ekstrakurikuler.

**b. Potensi Guru**

SMA Negeri 1 Mertoyudan mempunyai guru yang sebagian besar telah berstatus sarjana Strata 1 (S1) dan beberapa yang sudah Strata 2 (S2).

**c. Potensi Karyawan**

Sekolah ini mempunyai banyak karyawan yang bertugas sebagai Tata Usaha, Penjaga Perpustakaan, Petugas Laboratorium, Karyawan Kantin, Satpam dan Pemelihara Sekolah serta Petugas Koperasi.

**d. Bimbingan Konseling**

SMA Negeri 1 Mertoyudan telah melaksanakan kegiatan bimbingan konseling. Hal tersebut dibuktikan dengan tersedianya ruangan khusus bagi siswa untuk melakukan kegiatan konsultasi Bimbingan Konseling. Ruang tersebut terletak di sebelah ruang UKS dan telah tersedia berbagai program dan jadwal bimbingan bagi siswa.

**e. Organisasi dan Fasilitas OSIS**

OSIS di SMA Negeri 1 Mertoyudan telah terlaksana dengan baik. Ini dibuktikan dengan sudah terbentuknya struktur organisasi siswa beserta program-program yang telah dirancang oleh pihak OSIS.

**f. Ekstrakulikuler**

SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki kegiatan ekstrakulikuler sebagai wahana yang dapat menyalurkan dan mengembangkan minat serta bakat yang dimiliki oleh siswa. Kegiatan ekstrakulikuler tersebut antara lain:

- 1) Pramuka
- 2) Pencak Silat
- 3) KIR
- 4) Basket
- 5) Bolavoli
- 6) Tenis
- 7) Futsal
- 8) Tari
- 9) Tonti
- 10) Paduan Suara



- 11) Musik
- 12) Film dan documenter
- 13) *Taekwondo*
- 14) OSN Matematika
- 15) OSN Ekonomi
- 16) Inggris Club

### **C. Rumusan Program Kegiatan PPL**

Dari kegiatan observasi yang telah dilaksanakan pada tanggal 28 Februari dan 8 Agustus 2015, SMA Negeri 1 Mertoyudan sudah mempunyai sarana fisik dan non fisik yang cukup memadai bagi pelaksanaan kegiatan belajar mengajar. Namun SMA Negeri 1 Mertoyudan tetap memerlukan usaha untuk mengembangkan dan meningkatkan kualitas di berbagai bidang agar tetap mampu bersaing dengan sekolah-sekolah lain di era perkembangan dalam bidang pendidikan.

Setelah mengetahui permasalahan yang ada, hal selanjutnya yang dilakukan adalah mendata, memecahkan permasalahan tersebut yang direalisasikan dalam rancangan program. Program-program tersebut secara umum mempunyai beberapa manfaat antara lain:

- a. Membantu meningkatkan suasana nyaman dalam belajar
- b. Membenahi dan merapikan data-data sekolah
- c. Membantu administrasi sekolah

Berbagai kegiatan yang dirumuskan oleh mahasiswa PPL, kemudian akan ditetapkan sebagai program utama dan program penunjang adalah sebagai berikut:

#### **1. Pembekalan PPL**

Kegiatan pembekalan merupakan salah satu persiapan yang diselenggarakan oleh lembaga UNY, dilaksanakan dalam bentuk pembekalan PPL yang diselenggarakan oleh LPPM dengan bimbingan dari Dosen Koordinator PPL masing-masing jurusan.

#### **2. PPL 1 (Pengajaran Mikro/ *Micro Teaching*)**

Persiapan paling awal yang dilakukan oleh praktikan adalah mengikuti kuliah pengajaran mikro. Disini praktikan sekaligus melakukan praktik mengajar pada kelas yang kecil, dengan seluruh jumlah 11 mahasiswa mikro PPL UNY. Yang berperan sebagai guru adalah praktikan sendiri dan yang berperan sebagai siswa adalah teman satu kelompok yang berjumlah 10 orang dengan satu orang dosen sebagai pembimbing.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

Dengan demikian, pengajaran mikro bertujuan untuk membekali mahasiswa untuk lebih siap dalam pelaksanaan PPL, baik segi materi maupun penyampaian/metode mengajarnya. Pengajaran mikro juga sebagai syarat bagi mahasiswa untuk dapat mengikuti PPL.

### **3. Observasi Pembelajaran di Kelas dan Persiapan Perangkat Pembelajaran**

Dalam observasi ini mahasiswa memasuki kelas atau lapangan guru pembimbingnya pada waktu mengajar. Hal ini ditujukan agar mendapat pengalaman dan pengetahuan yang cukup mengenai bagaimana menangani kelas yang sebenarnya, sehingga nanti pada saat mengajar mahasiswa mengetahui apa yang harus dilakukannya, serta untuk memperoleh pengalaman dari guru mata pelajaran mengenai bagaimana cara mengajar yang baik dan efektif. Kegiatan ini dilakukan bersamaan dengan observasi kondisi sekolah pada tanggal 28 Februari 2015 untuk observasi di kelas, praktikan melakukan pengamatan Proses Belajar Mengajar (PBM), sedangkan aspek yang diamati dalam kegiatan PBM adalah sebagai berikut:

- a. Perangkat pembelajaran
- b. Proses pembelajaran
- c. Perilaku siswa

### **4. Penerjunan Mahasiswa ke SMA Negeri 1 Mertoyudan**

Penerjunan mahasiswa PPL UNY 2015 ke sekolah dilaksanakan pada tanggal 28 Februari 2015 dan dihadiri oleh semua mahasiswa PPL UNY 2015, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL PPL) serta Koordinator PPL SMA Negeri 1 Mertoyudan. Pelaksanaan PPL dimulai dari tanggal 10 Agustus 2015 sampai dengan 12 September 2015.

### **5. Pembuatan Perangkat Pembelajaran/ Administrasi Guru**

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, mahasiswa membuat persiapan mengajar antara lain Silabus, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan media pembelajaran. Hal ini ditujukan untuk mematangkan persiapan mahasiswa PPL sebelum melaksanakan kegiatan pembelajaran dan sebagai sarana untuk melatih kesiapan mahasiswa PPL untuk menjadi pendidik yang sesungguhnya.

### **6. Pelaksanaan Praktik Mengajar**

Pada pelaksanaan praktik mengajar, mahasiswa sebagai praktikan ditugaskan oleh guru pembimbing untuk melakukan praktik mengajar di kelas XI IPA yaitu kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 3 dan XI IPA 4. Selain itu



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

---

praktikan juga harus mempersiapkan media pembelajaran untuk menyampaikan materi kepada siswa.

**7. Evaluasi**

Evaluasi digunakan untuk mengetahui kemampuan yang dimiliki mahasiswa pada pelaksanaan PPL. Evaluasi dilakukan oleh guru pembimbing PPL dan dosen PPL selama proses praktik berlangsung.

**8. Penyusunan Laporan**

Penyusunan laporan merupakan tugas akhir dari pelaksanaan PPL dan merupakan pertanggung jawaban atas pelaksanaan PPL. Data yang digunakan untuk menyusun laporan diperoleh melalui praktik mengajar maupun praktik persekolahan. Hasil dari laporan ini diharapkan selesai dan dikumpulkan atau untuk disahkan sebelum waktu yang diberikan.

**9. Penarikan Mahasiswa PPL**

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL, yaitu di SMA Negeri 1 Mertoyudan dilaksanakan pada hari Jumat, 11 September 2015 menandai juga berakhirnya tugas yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa PPL UNY.



## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL**

#### **A. Persiapan**

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) dilaksanakan kurang lebih selama satu bulan, dimana mahasiswa harus mempersiapkan diri secara fisik maupun mental. Persiapan yang matang akan menunjang keberhasilan pelaksanaan praktik pengalaman lapangan. Mahasiswa dipersiapkan dari semester-semester sebelumnya untuk belajar dikampus masing-masing dengan mata kuliah yang menunjang untuk pelaksanaan program PPL, hal itu bertujuan agar mahasiswa mampu beradaptasi dan mengatasi masalah yang akan dihadapi saat kegiatan PPL berlangsung. Universitas Negeri Yogyakarta membuat beberapa program persiapan sebagai bekal mahasiswa dalam melaksanakan program PPL. Adapun persiapan tersebut di antaranya adalah:

#### **1. Pembekalan**

Sebelum pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), mahasiswa mendapat pembekalan dari Lembaga Pendidikan UPPL UNY. Lembaga pendidikan UPPL UNY memberikan pembekalan kepada seluruh mahasiswa UNY yang akan melaksanakan kegiatan PPL. Tujuan dari pembekalan ini adalah memberikan gambaran tentang ruang lingkup program PPL sehingga program itu berjalan dengan lancar. Selain itu program ini berujuan untuk memberikan bekal kepada mahasiswa sebagai calon guru, agar bersikap sebagai guru yang profesional, baik dalam proses pembelajaran dan proses pelaksanaan PPL di sekolah.

#### **2. Pengajaran Mikro**

##### **a. Tujuan Pengajaran Mikro**

Secara umum, pengajaran mikro bertujuan untuk membentuk dan mengembangkan kompetensi dasar mengajar sebagai bekal praktik mengajar di sekolah/lembaga pendidikan dalam Program PPL.

##### **b. Praktik Pengajaran Mikro**

- 1) Praktik pengajaran mikro meliputi:
  - (a) Latihan menyusun RPP
  - (b) Latihan menyusun kompetensi dasar mengajar terbatas
  - (c) Latihan menyusun kompetensi dasar secara terpadu dan utuh



- (d) Latihan kompetensi kepribadian dan sosial yang terintegrasi pada kegiatan poin 3.
- 2) Praktik pengajaran mikro berusaha mengkondisikan mahasiswa calon guru memiliki profesi dan penampilan yang mencerminkan penguasaan 4 kompetensi, yakni pedagogik, kepribadian, professional dan sosial
- 3) Pengajaran mikro dibatasi aspek-aspek
- (a) Jumlah siswa (10-15 orang)
  - (b) Materi pelajaran
  - (c) Waktu penyajian (10-20 menit)
  - (d) Kompetensi (pengetahuan, keterampilan dan sikap) yang dilatihkan
- 4) Pengajaran mikro merupakan bagian integral dari mata kuliah praktik pengalaman lapangan bagi mahasiswa program S1 kependidikan.
- 5) Pengajaran mikro dilaksanakan di kampus dalam bentuk *peerteaching* dengan bimbingan seorang supervisor.
- 6) Pengajaran mikro dilaksanakan dengan supervisi klinis
- 7) Praktik *real microteaching* diselenggarakan dalam rangka menetapkan kompetensi dasar mengajar dengan kondisi kelas atau siswa yang sesungguhnya.

### **c. Observasi Pembelajaran di Kelas**

Sebelum melakukan praktik mengajar, mahasiswa PPL mengadakan observasi pembelajaran di kelas atau lapangan pada saat guru mata pelajaran PJOK mengajar. Kelas tersebut adalah kelas XI IPA 1. Guru yang di kelas tersebut adalah Bapak M. Rofiq Muttaqin, S.Pd. Tujuan dari observasi ini adalah agar calon praktikan mempunyai pengetahuan dan tambahan pengalaman dari guru pembimbing lapangan, dalam hal mengajar dan mengelola kelas. Dalam hal ini, yang diamati adalah berbagai aktivitas yang dilaksanakan di kelas atau lapangan:

- Membuka pelajaran
- Interaksi dengan siswa
- Metode dan media yang digunakan dalam pembelajaran
- Penggunaan waktu
- Penampilan guru
- Cara menutup kegiatan belajar mengajar

Adapun aspek-aspek yang diamati adalah:

- 1) Perangkat Pembelajaran



- a) Perhitungan waktu efektif
  - b) Program tahunan dan program semester
  - c) Silabus dan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran)
  - d) KK dan sistem penilaian
  - e) Program Pelaksanaan Harian
- 2) Proses Pembelajaran
- a) Membuka pelajaran
  - b) Penyajian materi
  - c) Metode pembelajaran
  - d) Penggunaan bahasa
  - e) Penggunaan waktu
  - f) Cara motivasi siswa
  - g) Teknik bertanya
  - h) Teknik penguasaan kelas
  - i) Penggunaan media
  - j) Bentuk dan cara evaluasi
  - k) Menutup pelajaran
- 3) Perilaku Siswa
- a) Di dalam kelas
  - b) Di luar kelas

Kegiatan observasi ini meliputi observasi kelas dan juga diskusi dengan guru pembimbing mengenai materi yang akan diajarkan dan metode yang akan digunakan dalam penyampaian materi.

#### **d. Pembuatan Bahan Ajar dan Media Pembelajaran**

Pembuatan bahan ajar dan media pembelajaran ditujukan agar siswa dapat dengan mudah memahami materi yang disampaikan oleh praktikan. Dalam pelaksanaan PPL, praktikan dapat membuat media pembelajaran berupa alat peraga dan main mapping.

### **B. Pelaksanaan PPL**

Kegiatan praktik mengajar pada dasarnya merupakan wahana latihan mengajar sekaligus sarana membentuk kepribadian guru atau pendidik. Dalam kegiatan mengajar ini mahasiswa praktikan diharapkan dapat menggunakan keterampilan dan kemampuan yang telah diterima untuk menyampaikan materi. Kegiatan yang dilakukan dalam praktik mengajar adalah:



### **1. Pembuatan Perangkat Pembelajaran**

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, mahasiswa terlebih dahulu mempersiapkan Silabus dan membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Adapun komponen dari silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran sebagai berikut:

a. Komponen Silabus meliputi:

- 1) Kompetensi dasar
- 2) Materi pokok
- 3) Pembelajaran
- 4) Penilaian
- 5) Alokasi waktu
- 6) Sumber belajar

b. Komponen RPP meliputi:

- 1) Kompetensi inti
- 2) Kompetensi dasar
- 3) Indikator
- 4) Tujuan pembelajaran
- 5) Materi pembelajaran
- 6) Metode pembelajaran
- 7) Media, alat dan sumber pembelajaran
- 8) Langkah-langkah pembelajaran
- 9) Lembar penilaian
- 10) Rubrik penilaian

### **2. Persiapan Bahan Ajar**

Persiapan mengajar meliputi pencarian sumber-sumber belajar untuk menyampaikan materi yang sesuai dengan mata pelajaran, yang mengacu pada Kurikulum 2013 (K13). Bahan yang dipersiapkan antara lain dari buku-buku paket PJOK yang berisikan materi tentang PJOK untuk kelas XI.

### **3. Praktik Mengajar di Kelas**

Dalam pelaksanaan praktik mengajar, mahasiswa praktikan menyampaikan materi di dalam kelas yang beberapa kali di dampingi oleh Guru Pembimbing. Pada proses pembelajaran selanjutnya, mahasiswa praktikan beberapa kali mengajar tanpa guru pembimbing, tetapi sudah berkoordinasi terlebih dahulu dengan Guru Pembimbing. Setiap mahasiswa PPL UNY



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

diwajibkan untuk latihan mengajar minimal 8 kali tatap muka dengan materi yang berbeda. Kegiatan Belajar Mengajar dimulai pada pukul 07.00-16.30 WIB. Mahasiswa praktikan melakukan kegiatan belajar mengajar pada kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 3 dan XI IPA 4 yang memiliki jadwal mata pelajaran Penjasorkes sebanyak 12 jam pelajaran dalam satu minggu. Pada pertengahan kegiatan PPL ada penambahan kegiatan belajar mengajar di kelas XII dan kelas X. Mahasiswa praktikan melaksanakan kegiatan mengajar saat diminta mengantikan guru pengampu atau diminta membantu mengajar.

Kegiatan belajar mengajar dilakukan dalam 2 tahap, yaitu Praktik Pengajar Terbimbing dan Praktek Mengajar Mandiri.

**a. Praktik Mengajar Terbimbing**

Praktik mengajar terbimbing adalah kegiatan belajar mengajar yang dilakukan di kelas dengan didampingi dan dibimbing oleh guru. Kegiatan mengajar terbimbing meliputi:

- 1) Merencanakan dan membuat RPP
- 2) Memilih dan menggunakan metode serta strategi mengajar
- 3) Memilih dan membuat bahan ajar yang sesuai
- 4) Mengevaluasi pelaksanaan serta mendiskusikannya dengan guru

**b. Praktik Mengajar Mandiri**

Praktik mengajar mandiri adalah mengajar yang dilakukan di kelas tanpa didampingi oleh guru. Kegiatan ini merupakan tindak lanjut dari kegiatan praktik mengajar terbimbing. Kegiatan ini merupakan kegiatan inti dari kegiatan PPL, setiap mahasiswa harus mengajar minimal 8 kali pertemuan dengan materi yang berbeda, yang dimulai dari pemberian materi, penugasan dan ulangan harian.

**c. Perincian Praktik Mengajar**

No	Hari, Tanggal	Kelas	Jam ke-	KBM
1	Selasa, 11 Agustus 2011	XI IPA 4	1, 2, 3	• Teknik Dasar Jalan Cepat
		XI IPA 3	4, 5, 6	
3.	Kamis, 13 Agustus 2015	XI IPA 1	1, 2, 3	• Teknik Dasar Jalan Cepat
		XI IPA 2	10, 11, 12	



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

4.	Selasa, 18 Agustus 2011	XI IPA 4 XI IPA 3	1, 2, 3 4, 5, 6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Taktik membuka ruang dalam permainan sepakbola</li></ul>
6.	Kamis, 20 Agustus 2015	XI IPA 1 XI IPA 2	1, 2, 3 10, 11, 12	<ul style="list-style-type: none"><li>• Taktik membuka ruang dalam permainan sepakbola</li></ul>
7.	Selasa, 25 Agustus 2015	XI IPA 4 XI IPA 3	1, 2, 3 4, 5, 6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Teknik dasar passing bawah dan passing atas dalam bola voli</li></ul>
9.	Kamis, 27 Agustus 2015	XI IPA 1 XI IPA 2	1, 2 , 3 10, 11, 12	<ul style="list-style-type: none"><li>• Teknik dasar passing bawah dan passing atas dalam bola voli</li></ul>
10.	Selasa, 1 September 2015	XI IPA 4 XI IPA 3	1, 2, 3 4, 5, 6	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rangkaian gerak guling depan dan guling belakang</li></ul>
12.	Kamis, 3 September 2015	XI IPA 1 XI IPA 2	1, 2, 3 10, 11, 12	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rangkaian gerak guling depan dan guling belakang</li></ul>

#### **4. Konsultasi Dengan Guru Pembimbing**

Pelaksanaan konsultasi dilakukan sebelum ataupun sesudah praktikan melakukan praktik mengajar. Konsultasi yang dilakukan sebelum mengajar agar mahasiswa praktikan dapat mengajar secara maksimal dan dapat meminimalisir hambatan-hambatan dalam proses pengajaran. Konsultasi yang dilakukan setelah mengajar untuk mengevaluasi proses pengajaran yang telah dilakukan oleh praktikan. Selain itu, konsultasi juga dilakukan ketika membantu guru dalam penyusunan bahan ajar dan perangkat pembelajaran. Konsultasi juga dilakukan dengan DPL PPL untuk mendiskusikan permasalahan yang terkait dengan proses pembelajaran.

#### **5. Pemberian *Feedback* Oleh Guru Pembimbing**

Mahasiswa praktikan mendapat banyak masukan dari guru pembimbing mengenai kekurangan-kekurangan praktikan dalam pelaksanaan mengajar. Masukan yang diberikan oleh guru sangat bermanfaat bagi kelanjutan pelaksanaan mengajar. Masukan dari guru pembimbing antara lain mengenai pengelolaan kelas, cara mengendalikan siswa yang hiperaktif, cara menyampaikan materi secara jelas, dan lain-lain.



## **6. Pelaksanaan Evaluasi**

Pelaksanaan evaluasi berguna untuk mengetahui kemampuan siswa dalam memahami materi yang telah disampaikan oleh mahasiswa praktikan. Evaluasi dilakukan dengan melakukan uji kerja pada akhir jam belajar mengajar dan memberikan pekerjaan rumah (PR). Hasil tugas tersebut digunakan untuk menilai aspek kognitif siswa kemudian digabung dengan aspek psikomotor yang diketahui melalui uji kerja serta aspek afektif yang dinilai melalui pengamatan perilaku dan sikap siswa saat berlangsungnya pembelajaran. Kemudian nilai ketiga aspek tersebut dianalisis untuk mengetahui ketuntasan belajar siswa. Sebagian besar siswa mampu mengerjakan tugas-tugas yang diberikan dengan nilai yang baik.

## **C. Analisis Hasil Pelaksanaan PPL**

### **1. Hasil Pembuatan Perangkat Pembelajaran**

- a. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) beserta lampiran materi dan form penilaian
- b. Soal analisis
- c. Analisis kriteria penilaian
- d. Daftar nilai siswa
- e. Presensi siswa
- f. Jadwal mengajar guru
- g. Program pelaksanaan harian

### **2. Hasil Praktik Mengajar**

Hasil yang diperoleh selama mahasiswa melakukan kegiatan praktik mengajar adalah sebagai berikut:

- a. Praktikan dapat berlatih membuat perangkat pembelajaran yang terdiri dari RPP dan materi bahan ajar.
- b. Praktikan dapat belajar untuk mengembangkan materi dan sumber-sumber belajar.
- c. Praktikan dapat belajar untuk menetapkan tujuan dan bahan pembelajaran.
- d. Praktikan dapat belajar untuk memilih dan mengorganisasikan materi, media dan sumber pembelajaran.
- e. Praktikan dapat belajar untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dan mengelola kelas.



- f. Praktikan mendapatkan pengalaman dalam keterampilan mengajar, yaitu pengelolaan tugas, fasilitas belajar, pengelolaan waktu, dan komunikasi dengan siswa.
- g. Praktikan dapat berlatih melaksanakan evaluasi dan penilaian hasil belajar siswa.

### **3. Analisis Keterkaitan Program dan Pelaksanaan**

Selama Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), telah disusun rencana program yang akan dilakukan agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Secara keseluruhan, rancangan program yang telah disusun dapat terlaksana dengan baik, tidak ada hambatan/kendala yang berarti yang membuat pelaksanaan menjadi terhambat.

#### **a. Observasi Lapangan**

Observasi lapangan dilakukan untuk mengetahui dan mempelajari hal-hal yang berkaitan dengan kondisi fisik sekolah. Dengan adanya observasi lapangan, mahasiswa praktikan dapat mengetahui letak, jumlah serta beberapa fasilitas yang sudah dimiliki oleh SMA Negeri 1 Mertoyudan. Hasil dari observasi lapangan ini bermanfaat untuk menentukan perangkat pembelajaran yang akan diterapkan, yang sesuai dengan fasilitas (sarana dan prasarana) yang dimiliki.

#### **b. Observasi Kegiatan Pembelajaran di Kelas**

Observasi kegiatan pembelajaran di kelas ini bertujuan agar mahasiswa mengetahui secara langsung mengenai proses kegiatan belajar mengajar di kelas. Hasil observasi kegiatan pembelajaran di kelas berguna untuk menentukan strategi mengajar yang akan diterapkan, sesuai dengan fasilitas (sarana dan prasarana) yang dimiliki sekolah.

#### **c. Praktik Mengajar**

Pelaksanaan praktik mengajar dan ketentuan minimal jam mengajar yang ditetapkan oleh pihak UNY, yaitu 8 kali pertemuan dengan materi yang berbeda.



**d. Praktik Persekolahan**

Praktik persekolahan merupakan kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa praktikan dalam bidang administrasi sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan persekolahan yang diikuti antara lain:

- 1) Pengelolaan administrasi sekolah
- 2) Pengelolaan perpustakaan
- 3) Mengikuti kegiatan sekolah berupa Upacara Bendera, Upacara Peringatan HUT RI dan Upacara Peringatan Hari Pramuka.

**e. Faktor Pendukung Program PPL**

- 1) Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang professional dalam bidang pendidikan, sehingga mahasiswa praktikan diberikan pengalaman, masukan dan saran untuk proses pembelajaran.
- 2) Guru pembimbing yang dengan sabar memberikan arahan dan bimbingan sehingga mahasiswa praktikan dapat mengetahui kekurangan-kekurangannya. Guru pembimbing juga memberikan masukan bagi kekurangan praktikan sehingga dapat dilakukan perbaikan-perbaikan untuk proses pembelajaran selanjutnya.
- 3) Siswa kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 3 dan XI IPA 4, yang proaktif dan interaktif sehingga dapat tercipta kondisi yang menyenangkan dalam proses kegiatan belajar mengajar.

**f. Faktor Penghambat**

- 1) Dalam pengajaran awal tahun yang terasa suasana liburan siswa sulit untuk diajak belajar. Sehingga mahasiswa praktikan perlu memberikan stimulan atau motivasi agar siswa semangat kembali untuk belajar.
- 2) Mata pelajaran Seni Budaya adalah mata pelajaran yang dianggap sebagai mata pelajaran yang kurang penting. Hal ini berdampak pada antusias siswa dalam mengikuti pelajaran tersebut. Sehingga praktikan harus dapat menarik minat siswa untuk dapat mengikuti pelajaran dengan baik.
- 3) Kondisi kelas sering tidak kondusif, sehingga praktikan harus benar-benar mampu menguasai kelas agar siswa memperhatikan penjelasan materi yang disampaikan praktikan.



#### **4. Refleksi**

Hasil analisis pelaksanaan PPL di SMA Negeri 1 Mertoyudan dengan bidang pelajaran Seni Budaya secara garis besar berjalan mulus atau lancar. Akan tetapi proses yang memang tidak terlalu mudah harus dijalani dengan kondisi sosial murid yang bermacam-macam. Mahasiswa selama 12 kali pertemuan dengan 5 RPP untuk kelas XI.

Pelaksanaan program PPL tidak ditemukan hambatan dan kendala yang berarti yang menunda pelaksanaan program PPL. Hal ini dikarenakan adanya interaksi dan komunikasi yang baik antara mahasiswa praktikan dengan guru pembimbing. Selain itu, guru pembimbing juga memberikan masukan dan nasehat yang dapat memperbaiki dalam proses perencanaan dan pelaksanaan kegiatan PPL.

Adapun kekurangan praktikan yang perlu diperbaiki antara lain:

- a. Belum dapat menguasai materi dengan baik
- b. Belum dapat mengelola waktu dalam mengajar
- c. Belum dapat mengelola kelas dengan baik
- d. Penyampaian materi yang kadang kurang menarik
- e. Belum dapat mengolah emosi dengan baik

Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan untuk perbaikan PPL selanjutnya yaitu:

- a. Mempersiapkan materi ajar dengan matang
- b. Mempersiapkan media pembelajaran yang menarik
- c. Lebih tegas dalam proses pembelajaran
- d. Penyampaian materi disesuaikan dengan waktu yang disediakan
- e. Lebih memperhatikan siswa yang sering membuat gaduh dalam kelas
- f. Membuat beberapa rencana mengajar
- g. Memberikan motivasi kepada siswa
- h. Menyadari bahwa setiap siswa memiliki sifat dan sikap yang berbeda
- i. Lebih sering mendiskusikan hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan PPL baik dengan guru pembimbing, DPL PPL, serta teman-teman kelompok PPL sebagai evaluasi dalam praktik mengajar



## **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A.Kesimpulan**

Program PPL yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Mertoyudan dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar, sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya sehingga mahasiswa dapat meninggalkan lokasi PPL tanpa beban. Kerjasama yang baik dalam satu kelompok PPL Koordinator PPL, DPL PPL dan warga sekolah membantu mahasiswa praktikan menyelesaikan kegiatan PPL dengan lancar. Meskipun terdapat hambatan dan kendala beberapa kali, tetapi hal tersebut tidak menjadi sesuatu yang berarti.

Mahasiswa praktikan merasakan banyak manfaat yang diperoleh dari kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Mertoyudan. Mahasiswa praktikan lebih banyak pengalaman dan latihan baik dalam pengetahuan dan kemampuan di dunia pendidikan. Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan:

1. Mahasiswa praktikan melaksanakan PPL di kelas XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 3 dan XI IPA 4 SMA Negeri 1 Mertoyudan dengan mengampu mata pelajaran PJOK.
2. Mahasiswa praktikan membantu menyusun buku kerja guru berupa jadwal mengajar guru, program dan pelaksanaan harian, silabus, RPP sebanyak 4 buah, tugas individu dan tugas kelompok, program semester dan program tahunan.
3. Mahasiswa praktikan membuat RPP, mencari bahan ajar dan membuat media pembelajaran untuk menunjang kegiatan belajar mengajar dalam kelas.
4. Mahasiswa praktikan memulai kegiatan PPL sejak tanggal 10 Agustus 2015 sampai tanggal 11 September 2015, mengajar di kelas setiap hari Selasa (6 jam pelajaran) dan Kamis (6 jam pelajaran)
5. Materi yang diajarkan oleh mahasiswa praktikan berupa permainan bola besar sepak bola, bola voli, atletik jalan cepat dan senam lantai guling depan dan guling belakang.
6. Mahasiswa praktikan melakukan tatap muka sebanyak 12 kali tatap muka.
7. Mahasiswa membuat tugas individu dan kelompok yang dilaksanakan pada setiap akhir pertemuan, yaitu antara lain tugas mencari bahan ajar yang akan dipelajari minggu depan.
8. Setelah dilaksanakan evaluasi, praktikan membuat analisis nilai ulangan.



## **B.Saran**

Demi mewujudkan program PPL yang akan dapat membawa hasil secara maksimal, dimasa yang akan datang, yang sekiranya mendapat perhatian sehubungan dengan pelaksanaan PPL adalah sebagai berikut:

### **1. Kepada Pihak LPPMP**

- a. Pelaksanaan PPL terkait dengan waktu pengajaran yang diberikan. Pada mata pelajaran PJOK, kendala yang dihadapi di lapangan adalah kurangnya waktu untuk praktik mengajar. Hal tersebut berpengaruh pada pemberian materi pada siswa. Sehingga diharapkan kedepannya perlu diperhitungkan dengan baik mengenai mata pelajaran yang membutuhkan praktik.
- b. Perlu adanya peningkatan koordinasi antara LPPMP, dosen pembimbing lapangan (DPL) dan sekolah tempat mahasiswa PPL melakukan praktik mengajar.
- c. Perlu adanya penjelasan mengenai teknik persiapan dan pelaksanaan PPL.
- d. Pihak LPPMP hendaknya meningkatkan kejelasan, informasi terkait dengan kegiatan PPL, perlu ditingkatkan lagi pelayanan prima terhadap mahasiswa.
- e. Pihak LPPMP perlu lebih meningkatkan hubungan dengan sekolah-sekolah yang menjadi tempat PPL supaya terjalin kerjasama yang baik untuk menjalin koordinasi dan mendukung, kegiatan praktik lapangan, dan praktik mengajar.

### **2. Sekolah**

- a. Pemberian bimbingan PPL yang sudah baik harus dipertahankan dan ditingkatkan.
- b. Kerjasama dengan mahasiswa PPL harus senantiasa dipertahankan dan lebih ditingkatkan.

### **3. Mahasiswa PPL**

- a. Pada saat mengajar sangat diperlukan kesabaran agar peserta didik mampu menyerap materi secara maksimal dan tidak menganggap pemberian materi terlalu cepat.
- b. Materi yang diberikan memang harus dibuat sekreatif mungkin, karena tidak semua siswa bisa menerima pelajaran dari hal yang sama.
- c. Hendaknya mahasiswa segera menyelesaikan tugas-tugasnya agar dapat selesai bahkan sebelum tenggang waktu yang diberikan.
- d. Mahasiswa hendaknya lebih aktif dalam melakukan konsultasi dengan Guru Pembimbing dan Dosen Pembimbing.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

---

- e. Apabila terjadi kesalahan dari pihak mahasiswa PPL sebaiknya dibicarakan secara terbuka demi kebaikan bersama .
- f. Mahasiswa harus menjaga kebersamaan dan kekompakan serta lebih terbuka sehingga dapat terencana dan terlaksanakan dengan baik semua program PPL.



**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
SMP NEGERI 3 DEPOK**

*Sopalan, Maguwoharjo, Depok, Sleman Kode Pos: 55282, Telp. (0274)885664*

---

---

**DAFTAR PUSTAKA**

Tim PPL UNY. 2015. *Panduan PPL 2015. Universitas Negeri Yogyakarta.* Yogyakarta: UPPL UNY.

Tim Pembekalan PPL UNY, 2015. *Materi Pembekalan PPL Tahun 2015.* Yogyakarta: UPPL UNY.

TIM UPPL. 2015. *Panduan Pengajaran Mikro.* Yogyakarta: UPPL Universitas Negeri Yogyakarta.



**FORMAT OBSERVASI  
KONDISI SEKOLAH**

Lampiran 1

Universitas Negeri Yogyakarta

Nama Sekolah	:	SMA N 1 Mrtoyudan	Nama Mahasiswa	:	Yogi Ardi Setiawan
Alamat Sekolah	:	Jl. Pramuka 49 Panca Arga I Mertoyudan, Kab.Magelang	NIM	:	12601244051
			Fak/ Jur/Prodi	:	FIK/POR/PJKR

No.	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1.	Kondisi Fisik Sekolah	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki bangunan yang layak untuk kegiatan pembelajaran. Setiap ruangan memiliki ventilasi sebagai tempat keluar masuknya udara. Selain itu bangunan bangunannya kokoh dan dilingkupi tembok yang kuat serta tinggi.	Baik
2.	Potensi Siswa	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan, memiliki potensi siswa sangat baik dilihat dari sisi karya-karya yang telah dibuat dan berbagai kejuaraan yang diperoleh. Kejuaraan yang sering diraih oleh siswa SMA Negeri 1 Mertoyudan diantaranya adalah mading, seni tari, olahraga.	Baik
3.	Potensi Guru	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki guru yang sebagian besar telah lulus S1 dan adapula yang lulus S2. Pada saat ini guru-guru sedang giat meraih sertifikasi. Mayoritas telah memperoleh sertifikasi.	Baik
4.	Potensi Karyawan	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki karyawan yang kompeten dan rata-rata karyawan telah lulus S1.	Baik

5.	Fasilitas KBM, Media	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki fasilitas yang mendukung kegiatan belajar mengajar. Fasilitas tersebut terdapat di setiap ruangan kelas seperti papan tulis, papan absensi, peralatan sekolah seperti meja dan kursi serta terdapat LCD.	Baik
6.	Perpustakaan	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki perpustakaan yang digunakan untuk membaca serta meminjam buku. Buku yang terdapat di perpustakaan SMA Negeri 1 Mertoyudan beragam, mulai dari buku pelajaran, novel, majalah, serta buku-buku pengetahuan lainnya.	Baik
7.	Laboratorium	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki laboratorium IPA, Komputer dan Multimedia yang dapat digunakan peserta didik untuk praktik IPA, Komputer maupun Multimedia. Dalam laboratorium tersebut terdapat peralatan untuk praktik, seperti gelas ukur, timbangan, penjepit, komputer dll. Selain itu laboratorium yang terdapat di SMA Negeri 1 Mertoyudan cukup luas dan dilengkapi dengan meja, kursi dan fentilasi udara.	Baik
8.	Bimbingan Konseling	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki ruang bimbingan konseling. Ruang tersebut cukup luas dan dapat digunakan sebagai ruang untuk mengingatkan peserta didik yang tidak menaati peraturan yang ada di SMA Negeri 1 Mertoyudan.	Baik

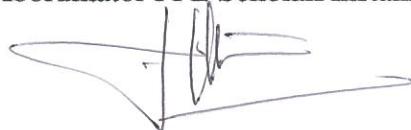
9.	Bimbingan Belajar	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan menerapkan 5 hari kerja dan setiap hari pulang sudah sore jadi untuk bimbingan belajar siswa menambah sendiri di luar sekolah.	Baik
10.	Ekstrakurikuler	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki beragam ekstrakurikuler seperti pramuka, PMR, basket, bolavoli, paduan suara, tari, dll. Untuk ekstrakurikuler wajib di SMA Negeri 1 Mertoyudan yaitu pramuka, sedangkan ekstra kurikuler lain yaitu ekstrakurikuler pilihan.	Baik
11.	Organisasi dan Fasilitas OSIS	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS). Organisasi tersebut beranggotakan peserta didik kelas X dan XI. Anggota OSIS juga memiliki ruangan tersendiri yang dapat digunakan untuk kegiatan OSIS.	Baik
12.	Organisasi dan Fasilitas UKS	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki ruang UKS yang digunakan untuk beristirahat peserta didik yang sedang sakit. Di ruangan tersebut terdapat tempat tidur, dan kotak obat yang berisi obat-obatan.	Baik
13.	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Berdasarkan hasil pengamatan, karya tulis ilmiah remaja di SMA Negeri 1 Mertoyudan sudah ada. Peserta didik di SMA Negeri 1 Mertoyudan aktif untuk membuat karya tulis ilmiah remaja.	Baik
14.	Karya Ilmiah oleh Guru	Berdasarkan hasil pengamatan, karya tulis oleh guru di SMA Negeri 1 Mertoyudan masih kurang dibuktikan	Kurang

		di SMA Negeri 1 Mertoyudan aktif untuk membuat karya tulis ilmiah remaja.	
14.	Karya Ilmiah oleh Guru	Berdasarkan hasil pengamatan, karya tulis oleh guru di SMA Negeri 1 Mertoyudan masih kurang dibuktikan dengan masih sedikit guru yang membuat karya tulis ilmiah.	Kurang
15.	Koperasi Siswa	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan mempunyai koperasi siswa. Koperasi tersebut tidak hanya menjual makanan, tetapi juga peralatan sekolah seperti buku, bolpoin, pensil, topi, dll.	Baik
16.	Tempat Ibadah	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki tempat ibadah, yaitu masjid. Masjid berada di sekolah dengan bangunan yang kokoh dan cukup luas. Masjid setiap hari digunakan oleh peserta didik untuk melakukan ibadah khususnya peserta didik beragama Islam.	Baik
17.	Kesehatan Lingkungan	Berdasarkan hasil pengamatan, SMA Negeri 1 Mertoyudan memiliki banyak sekali tanaman, sehingga sirkulasi udara yang ada di sekolah tersebut cukup baik.	Baik

Magelang, 28 Februari 2015

Mengetahui,

Koordinator PPL Sekolah/Instansi



Prihatin Widodo, S.Pd.  
NIP. 196801191991011002

Mahasiswa



Yogi Ardi Setiawan  
NIM. 12601244051



**FORMAT OBSERVASI  
PEMBELAJARAN DI KELAS DAN  
OBSERVASI PESERTA DIDIK**

Lampiran 2

Universitas Negeri Yogyakarta

Nama Mahasiswa : Yogi Ardi Setiawan Pukul : 07.50 – 09.10  
No. Mahasiswa : 12601244051 Tempat Praktik : SMA N 1  
Tgl. Observasi : 28 Februari 2015 Mertoyudan  
Fak/ Jur/Prodi : FIK/POR/PJKR

No.	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A.	<b>Perangkat Pelatihan/ Pembelajaran</b>	
	1. Kurikulum 2013	Kurikulum yang digunakan oleh SMA Negeri 1 Mertoyudan adalah Kurikulum 2013. Penerapannya sudah sesuai dengan K13.
	2. Silabus	Silabus yang digunakan sudah sesuai dengan K13
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)	RPP yang digunakan sesuai dengan K13 dan proses pembelajaran.
B.	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka Pelajaran	Guru membuka pelajaran dengan salam dan berdoa bersama. Memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya mengenai materi yang sudah dijelaskan sebelumnya.
	2. Penyajian Materi	Guru menjelaskan materi kemudian guru memberikan penjelasan, dan siswa memperhatikan. Setelah itu peserta didik mempraktikkan materi.
	3. Metode Pembelajaran	Metode pembelajaran yang digunakan adalah metode demonstrasi, modelling dan komando.
	4. Penggunaan Bahasa	Guru menggunakan bahasa Indonesia dan memberikan penekanan-penekanan pada bagian kata yang penting. Namun sesekali Guru menggunakan bahasa daerah.
	5. Penggunaan Waktu	10 menit digunakan untuk membuka salam dan mereview materi sebelumnya. Selanjutnya digunakan untuk penjelasan materi dan mempraktikkan materi.
	6. Gerak	Pembawaan guru di dalam kelas berwibawa dan tegas, selain itu guru tidak selalu diam di satu

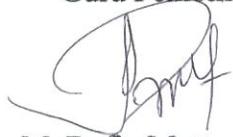
		tempat (blocking). Guru berjalan berkeliling untuk mengecek pemahaman masing-masing peserta didik atas materi yang telah disampaikan.
	7. Cara Memotivasi Peserta Didik	Guru memberi tugas praktik kepada peserta didik, sehingga menjadikan peserta didik lebih aktif mengerjakan daripada hanya mendengarkan. Selain itu Guru memberikan pujian pada peserta didik yang mampu mempraktikkan materi dengan baik dan memberi bantuan pada peserta didik yang masih kesulitan.
	8. Teknik Bertanya	Guru bertanya langsung kepada peserta didik dengan memberi kesempatan bagi peserta didik yang mengangkat tangan terlebih dahulu. Setelah itu baru ditunjuk satu per satu. Guru menanyakan/ memastikan jawaban apakah sesuai dengan materi yang telah disampaikan.
	9. Teknik Penguasaan Kelas	Dengan jumlah peserta didik 32 orang dalam satu kelas sehingga penguasaan kelas masih kurang. Hal ini terbukti masih ada peserta didik yang berbincang-bincang dan berdiam diri pada saat ditugasi untuk melakukan materi.
	10. Penggunaan Media	Guru tidak menggunakan media pada saat memberikan materi.
	11. Bentuk dan Cara Evaluasi	Penilaian dilakukan mempraktikkan materi yang telah disampaikan.
	12. Menutup Pelajaran	Pelajaran ditutup dengan menanyakan pemahaman peserta didik mengenai materi yang telah disampaikan kemudian diakhiri dengan berdoa dan salam.
<b>C.</b>	<b>Perilaku Peserta Pelatihan/ Diklat</b>	
	1. Peserta Didik di Dalam Kelas	Peserta didik cukup kondusif pada saat diberi penjelasan dan contoh. Namun setelah diberikan tugas mempraktikkan, beberapa peserta didik mulai sibuk sendiri dan lebih memilih untuk

		memilih untuk diam dan berbincang-bincang daripada mempraktikkan materi.
	2. Peserta Didik di Luar Kelas	Peserta didik bersosialisasi dengan baik antar peserta didik, guru maupun karyawan. Selain itu peserta didik melaksanakan sholat secara berjama'ah di masjid sekolah saat waktu sholat telah tiba.

Depok, 28 Februari 2015

Mengetahui,

Guru Pembimbing



M. Rofiq Muttaqin, S.Pd

NIP. 19720418 200701 1 014

Mahasiswa



Yogi Ardi Setiawan

NIM. 12601244051



Universitas Negeri Yogyakarta

## MATRIKS PROGRAM KERJA PPL/ MAGANG III UNY TAHUN 2015

**F01**

Untuk Mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMA Negeri 1 Mertoyudan  
ALAMAT SEKOLAH : Jl. Pramuka no. 49 Panca Arga 2 Magelang  
GURU PEMBIMBING : Muhammad Rofiq M, S.Pd  
WAKTU PELAKSANAAN PPL : 10 Agustus – 12 September 2015

NAMA MAHASISWA : Yogi Ardi Setiawan  
NIM : 12601244051  
FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR  
DOSEN PEMBIMBING : Herka Maya Jatmika S.Pd.Jas, M.Pd

NO	KEGIATAN PPL	JUMLAH JAM PER MINGGU KEL					JUMLAH JAM	
		BULAN AGUSTUS			BULAN SEPTEMBER			
		II	III	IV	I	II		
1.	<b>Penerjungan Mahasiswa PPL</b>	1					1	
2.	<b>Pembuatan Program PPL</b>							
	a. Observasi	6					6	
	b. Menyusun Matrik Program PPL	3					3	
3.	<b>Administrasi Pembelajaran</b>							
	a. Daftar Hadir	1					1	
4.	<b>Pembelajaran Kokurikuler (Kegiatan Mengajar Terbimbing)</b>							
	<b>a. Persiapan</b>							
	1. Konsultasi	2	1	1			2	
	2. Mengumpulkan materi	1	1	1	1		4	
	3. Membuat RPP	3	3	3	3		12	
	4. Menyiapkan/ membuat media pembelajaran (Alat dan Bahan untuk mengajar)	1	1	1	1		4	
	5. Menyusun materi	2	2	2	2		8	
	<b>b. Mengajar Terbimbing</b>							
	1. Praktik mengajar XI IPA	9	12	9	12	12	54	
	2. Membantu guru mengajar kelas XII	6	6	6	12	12	40	
	3. Membantu mengajar kelas XI IPS		6	6	6	3	21	
	4. Mengajar kelas X		6				6	
	5. Mengajar kelas XII			6			6	

NO	KEGIATAN PPL	JUMLAH JAM PER MINGGU KE-					JUMLAH JAM	
		BULAN AGUSTUS			BULAN SEPTEMBER			
		II	III	IV	I	II		
	a. Menyeleksi OSIS			3			3	
	b. Mendaftar Ekstrakurikuler	1	1	1	1		4	
6.	<b>Kegiatan Sekolah</b>							
	a. Upacara bendera hari Senin			1	1	1	3	
	b. Upacara Hari Kemerdekaan RI		2				2	
	c. Upacara Hari Pramuka	2					2	
	d. Pembuatan Bel Sekolah			3	2		5	
	e. Lepas Sambut Kepala Sekolah SMA N 1 Mertoyudan			4			4	
	f. Jalan Sehat		4				4	
	g. Pendampingan Job Fair School		3				3	
7.	<b>Pembuatan Laporan PPL</b>							
	a. Persiapan			1			1	
	b. Pelaksanaan			3	4		7	
8.	<b>Penarikan Mahasiswa PPL</b>				1		1	
<b>JUMLAH JAM</b>							207	



Mengetahui/ Menyetujui,  
Dosen Pembimbing Lapangan

  
(Herka Maya Jatmika, S.Pd.Jas., M.Pd)  
NIP. 19820101 200501 1 001

Mahasiswa PPL



(Yogi Ardi Setiawan.)  
NIM. 12601244051



# KARTU BIMBINGAN PPL

## PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL

LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNY  
TAHUN <sup>2015</sup>

F04

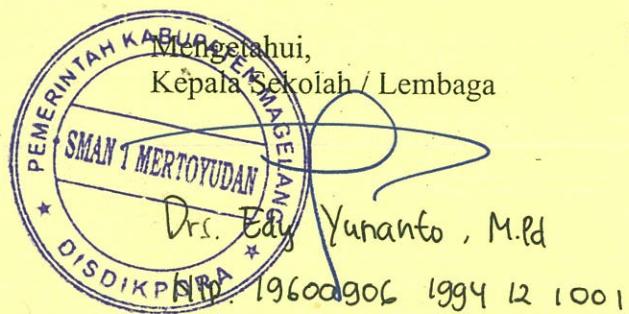
UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMA Negeri 1 Mertoyudan  
 Alamat Sekolah : Jl. Pramuka 49, Pancas Arga 1. Mertoyudan Fax./ Telp. Sekolah : (0293) 303490  
 Nama DPL PPL : Herka Maya Jatmika, S.Pd.Ias, M.Pd.  
 Prodi / Fakultas DPL PPL : PJKR / FIK  
 Jumlah Mahasiswa PPL : 2

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL
1.	13/8 2015	2.	RPP		her
2.	18/8 2015	2.	Motivasi siswa & pemanasan		her
3.	25/8 2015	2.	Metode pembelajaran		her
4.	2/9 2015	2.	Laporan		her

PERHATIAN :

- Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL (1 kartu untuk 1 prodi).
- Kartu bimbingan PPL ini harap diisi materi bimbingan dan dimintakan tanda tangan dari DPL PPL setiap kali bimbingan di lokasi.
- Kartu bimbingan PPL ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL untuk keperluan administrasi.



Mertoyudan, 12 September 2015

Mhs PPL Prodi PJKR

YOGI ARDI SETIAWAN  
NIM. 12601744051

**JADWAL PELAJARAN SEMESTER 1 2015/2016**  
**SMA NEGERI 1 MERTOYUDAN**

**GURU : M. ROFIQ MUTTAQIN, S.Pd**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>SENIN</b>				PENJASORKES XII IPS 5					PENJASORKES XII IPS 3			
<b>SELASA</b>	PENJASORKES XI IPA 4			PENJASORKES XI IPA 3								
<b>RABU</b>				PENJASORKES XII IPS 4								
<b>KAMIS</b>	PENJASORKES XI IPA 1								PENJASORKES XI IPA 2			
<b>JUMAT</b>	PENJASORKES XII IPS 2			PENJASORKES XII IPS 1								



## LAPORAN Mingguan Pelaksanaan PPL/ MAGANG III

F02

UNTUK MAHASISWA

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

NAMA MAHASISWA : YOGI ARDI SETIAWAN

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 MERTOYUDAN

NO. MAHASISWA : 12601244051

ALAMAT SEKOLAH : JL. PRAMUKA NO. 49 PANCA ARGA MAGELANG

FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR

GURU PEMBIMBING : MUHAMMAD ROFIQ MUTTAQIN, S.Pd

DOSEN PEMBIMBING : HERKA MAYA JATMIKA S.Pd.Jas, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	<b>Minggu 1</b> Senin, 10 Agustus 2015	• Penyerahan mahasiswa PPL kepada pihak sekolah	<ul style="list-style-type: none"><li>• Penyerahan oleh Dosen Pembimbing Lapangan kepada pihak sekolah yaitu kepala sekolah, pihak sekolah menerima dan menyambut baik mahasiswa PPL yang berjumlah 12 anak terdiri dari 5 prodi, pada pukul 11.00-12.00 WIB</li><li>• Koordinasi kegiatan yang ada disekolah non mengajar yang bisa diikuti mahasiswa PPL, seperti ekstrakurikuler, upacara hari besar dan rutin, piket</li></ul>	-	-

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinasi kegiatan sekoalah dengan waka kurikulum</li> <li>• Observasi kelas dan perkenalan dengan siswa</li> </ul>	<p>sekolah, dan perpustakaan, berlangsung selama 30 menit</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ikut dalam proses pembelajaran untuk melihat proses pembelajaran dan perkenalan dengan siswa di kelas XII IPA 3 dan XII IPS 3 selama 3 jam pelajaran</li> </ul>		
2.	Selasa, 11 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu guru mengajar kelas XI IPA 4 dan XI IPS 1</li> <li>• Mengajar kelas XI IPA 3 dan XI IPS 2</li> <li>• Inventarisasi buku perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyiapkan siswa dan mencatat hasil dalam pengambilan nilai jalan cepa 400m selama 3 jam pelajaran</li> <li>• Mengantikan guru mengajar karena ada keperluan, dengan materi jalan cepat, mengambil nilai jalan cepat 400m selama 3 jam pelajaran</li> <li>• Menyampul buku diperpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Belum ada persiapan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penguasaan kelas</li> </ul>
3.	Rabu, 12 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu guru mengajar kelas XI IPS 3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu guru dalam mengajar materi jalan cepat, mengambil nilai jalan cepat 400m, 3 jam pelajaran</li> </ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu guru mengajar kelas XII IPS 4</li> <li>• Membuat RPP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materi ajar senam aerobik, mengarahkan dalam pembuatan gerakan senam selama 15 menit dari pemanasan sampai pendinginan yang ditugaskan guru selama 3 jam pelajaran</li> <li>• Membuat RPP untuk mengajar, materi ajar jalan cepat, mencari materi bahan ajar selama 2 jam</li> </ul>	-	-
4.	Kamis, 13 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 1 dan XI IPA 2</li> <li>• Piket perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar pertama dengan materi ajar jalan cepat, di jam 1 sampai jam ke 3 kelas XI IPA 1 dilanjutkan kelas XI IPA 2 di jam ke 10, 11, 12 siswa terlihat antusias dan aktif</li> <li>• Membantu piket perpustakaan, menata buku selama 30 menit</li> </ul>	-	-
5.	Jumat, 14 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Upacara hari Pramuka</li> <li>• Membantu guru mengajar kelas XII IPS 1 dan XII IPA 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengikuti upacara peringatan hari pramuka di sekolah yang diikuti siswa kelas X, XI dan XII, guru, staf dan karyawan 2 jam</li> <li>• Membantu guru mengajar kelas XII materi senam aerobik membuat gerakan senam dari pemanasan sampai pendinginan dengan waktu 15 menit, selama 3 jam pelajaran</li> </ul>		

			jam		
--	--	--	-----	--	--

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan



Herka Maya Jatmika, S.Pd., M.Pd

NIP. 19820101 200501 1 001

Guru Pembimbing



Muhammad Rofiq M, S.Pd

NIP. 19720418 200701 1014

Magelang, 15 Agustus 2015

Mahasiswa,



Yogi Ardi Setiawan

NIM. 12601244051



## LAPORAN Mingguan Pelaksanaan PPL/ MAGANG III

F02

UNTUK MAHASISWA

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

NAMA MAHASISWA : YOGI ARDI SETIAWAN

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 MERTOYUDAN

NO. MAHASISWA : 12601244051

ALAMAT SEKOLAH : JL. PRAMUKA NO. 49 PANCA ARGA MAGELANG

FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR

GURU PEMBIMBING : MUHAMMAD ROFIQ MUTTAQIN, S.Pd

DOSEN PEMBIMBING : HERKA MAYA JATMIKA S.Pd.Jas, M.Pd

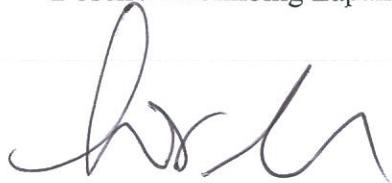
No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	<b>Minggu II</b> Senin, 17 Agustus 2015	• Upacara Kemerdekaan RI	• Mengikuti upacara hari kemerdekaan RI bertempat di SMA N 1 Mertoyudan diikuti seluruh siswa, guru, staf dan karyawan SMA N 1 Mertoyudan berlangsung selama 2 jam	-	-
2.	Selasa, 18 Agustus 2015	• Mengajar kelas XI IPA 4 dan IPA 3	• Mengajar dengan materi ajar sepak bola, siswa mengikuti dengan baik dengan jumlah siswa IPA 4 yaitu 31 siswa tidak masuk 1 dan IPA 3 jumlah siswa 31 siswa	-	-

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Inventarisasi buku perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyampul buku diperpustakaan, menjaga dan menata buku</li> </ul>		
3.	Rabu, 19 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu mengajar kelas XI IPS 3 dan IPS 4</li> <li>• Ekstrakurikuler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI dengan materi sepak bola, siswa antusias, selama 3 jam pelajaran kalii dua jadi 6 jam pelajaran</li> <li>• Mendata siswa mengenai apa yang akan dipilih dalam ekstrakurikuler sekolah selama 1 jam</li> </ul>	-	-
4.	Kamis, 20 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 1</li> <li>• Mendampingi siswa dalam acara GEBYAR SMK 2015 MAGELANG JOB FAIR</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kedua dengan materi ajar sepak bola, siswa semangat dalam mengikuti pembelajaran, jumlah siswa 32 siswa dengan ijin 1 siswa</li> <li>• Mendampingi seluruh siswa SMA N 1 Mertoyudan menghadiri acara Gebyar Smk 2015 Magelang Job Fair di lap. Dr. Soepardi</li> </ul>	-	-
5.	Jumat, 21 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas X IPS 4 dan IPS 3</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menggantikan guru mengajar dikelas X, diisi dengan materi pembelajaran permainan dasar sepak bola, dilanjutkan kembali setelah</li> </ul>	-	-

			istirahat dengan kelas yang berbeda selama 6 jam pelajaran		
6.	Sabtu, 22 Agustus 2015	• Pembuatan RPP	• Membuat RPP materi bola voli, mencari materi, bahan ajar, selama 3 jam	-	-

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan



Herka Maya Jatmika, S.Pd., M.Pd

NIP. 19820101 200501 1 001

Guru Pembimbing



Muhammad Rofiq M, S.Pd

NIP. 19720418 200701 1014

Magelang, 22 Agustus 2015

Mahasiswa,



Yogi Ardi Setiawan

NIM. 12601244051



## LAPORAN Mingguan Pelaksanaan PPL/ MAGANG III

F02

UNTUK MAHASISWA

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 MERTOYUDAN

ALAMAT SEKOLAH : JL. PRAMUKA NO. 49 PANCA ARGA MAGELANG

GURU PEMBIMBING : MUHAMMAD ROFIQ MUTTAQIN, S.Pd

NAMA MAHASISWA : YOGI ARDI SETIAWAN

NO. MAHASISWA : 12601244051

FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR

DOSEN PEMBIMBING : HERKA MAYA JATMIKA S.Pd.Jas, M.Pd

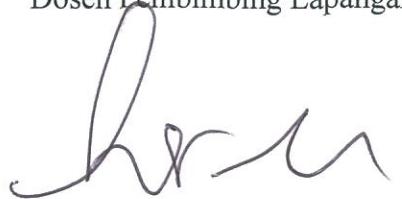
No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	<b>Minggu III</b> Senin, 24 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"><li>Upacara Bendera</li><li>Mengajar kelas XII IPS 5 dan XII IPS 3</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Upacara rutin hari senin, diikuti seluruh siswa, jajaran guru staf dan karyawan serta mahasiswa PPL selama 1 jam</li><li>Mengajar melanjutkan materi ajar senam aerobik, yaitu membuat gerakan senam aerobik selama 15 menit dari pemanasan sampai penutup, 3 jam pelajaran kali dua jadi 6 jam pelajaran</li></ul>	-	-

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memasukkan data ekstrakurikuler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memasukkan data peserta ekstrakurikuler ke komputer sesuai apa yang dipilih siswa, selama 1 jam</li> </ul>		
2.	Selasa, 25 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 4 dan XI IPA 3</li> <li>• Inventarisasi buku perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar dengan materi ajar permainan bola besar bola voli, siswa antusias dan semangat dengan jumlah siswa 31 siswa dan untuk IPA 3 ijin satu anak, dua kelas 6 jam pelajaran</li> <li>• Menyampul buku diperpustakaan selama 1 jam</li> </ul>	-	-
3.	Rabu, 26 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu mengajar kelas XI IPS 3 dan XI IPS 4</li> <li>• Membantu menyeleksi OSIS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materi ajar bola besar bola voli, permainan menggunakan passing atas dan bawah, dua kelas selama 6 jam pelajaran</li> <li>• Membantu menyeleksi calon anggota OSIS SMA N 1 Mertoyudan dengan materi PBB selama 3 jam</li> </ul>	-	-
4.	Kamis, 27 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 1 dan XI IPA 2</li> <li>• Piket perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar dengan materi ajar bola voli, siswa terlihat antusias dan aktif dalam pembelajaran, dengan jumlah siswa IPA 1 32 siswa dan IPA 2 31 siswa</li> </ul>	-	-

5.	Jumat, 28 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jalan Santai Peringatan Kemerdekaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mendampingi siswa kelas XII IPA 1 &amp; 2 serta XII IPS 1 &amp; 2 mengikuti jalan santai yang diadakan oleh Kec. Mertoyudan selama 3 jam</li> </ul>		
6.	Sabtu, 29 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pembuatan RPP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat RPP materi senam lantai guling depan dan guling belakang, mencari materi, bahan ajar selama 3 jam</li> </ul>	-	-

Mengetahui :

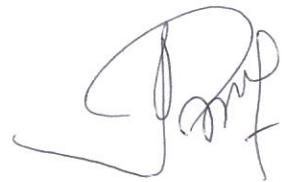
Dosen Pembimbing Lapangan



Herka Maya Jatmika, S.Pd., M.Pd

NIP. 19820101 200501 1 001

Guru Pembimbing



Muhammad Rofiq M, S.Pd

NIP. 19720418 200701 1014

Magelang, 29 Agustus 2015

Mahasiswa,



Yogi Ardi Setiawan

NIM. 12601244051



## LAPORAN Mingguan Pelaksanaan PPL/ MAGANG III

F02

UNTUK MAHASISWA

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

NAMA MAHASISWA : YOGI ARDI SETIAWAN

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 MERTOYUDAN

NO. MAHASISWA : 12601244051

ALAMAT SEKOLAH : JL. PRAMUKA NO. 49 PANCA ARGA MAGELANG

FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR

GURU PEMBIMBING : MUHAMMAD ROFIQ MUTTAQIN, S.Pd

DOSEN PEMBIMBING : HERKA MAYA JATMIKA S.Pd.Jas, M.Pd

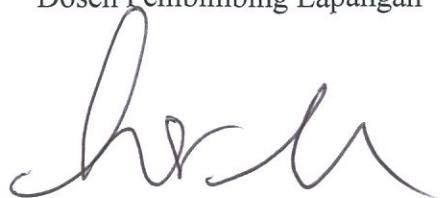
No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	<b>Minggu IV</b> Senin, 31 Agustus 2015	<ul style="list-style-type: none"><li>Membantu guru mengajar kelas XII IPS 5 dan XII IPS 3</li><li>Lepas sambut Kepala SMA N 1 Mertoyudan</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Masih melanjutkan membuat gerakan senam aerobik, membimbing siswa untuk membuat gerakan guna ujian praktek PJOK, selama 2 kelas 6 jam pelajaran</li><li>Ikat dalam acara lepas sambut Kepala SMA N 1 Mertoyudan bertempat di aula dihadiri para guru, anggota OSIS, tamu undangan, PKS</li></ul>	-	-

2.	Selasa, 1 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 4 dan XI IPA 3</li> <li>• Inventarisasi buku perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar senam lantai guling depan dan belakang, siswa antusias, dengan jumlah siswa 31 siswa per kelas, XI IPA 4 tidak masuk 1 siswa</li> <li>• Menyampul buku diperpustakaan dan menata buku serta menstempel buku selama 1 jam</li> </ul>		
3.	Rabu, 2 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu mengajar kelas XI IPS 3 dan XI IPS 4</li> <li>• Mendaftar ulang siswa yang belum megisi ekstrakurikuler</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materi ajar senam lantai guling depan dan guling belakang, siswa semangat selama 6 jam pelajaran</li> <li>• Mendaftar ulang siswa yang belum masuk dalam data komputeryang mengikuti ekstrakurikuler selama 1 jam</li> </ul>	-	-
4.	Kamis, 3 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 1 dan XI IPA 2</li> <li>• Piket perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar dengan materi senam lantai guling depan dan guling belakang, siswa terlihat antusias dan aktif, dengan jumlah siswa IPA 1 32 siswa dan IPA 2 31 siswa, selama 6 jam pelajaran</li> <li>• Membantu piket perpustakaan, menata buku selama 1 jam</li> </ul>	-	-

5.	Jumat, 4 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu guru mengajar kelas XII IPS 2 dan XII IPS 1</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu guru mengajar kelas XII materi senam aerobik, membuat gerakan senam selama 15 menit dari pemanasan sampai pendinginan, 2 kelas 6 jam pelajaran</li> </ul>		
6.	Sabtu, 5 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan mingguan selama 3 jam</li> </ul>	-	-

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan



Herka Maya Jatmika, S.Pd., M.Pd

NIP. 19820101 200501 1 001

Guru Pembimbing



Muhammad Rofiq M, S.Pd

NIP. 19720418 200701 1014

Magelang, 5 September 2015

Mahasiswa,



Yogi Ardi Setiawan

NIM. 12601244051



## LAPORAN Mingguan Pelaksanaan PPL/ MAGANG III

F02

UNTUK MAHASISWA

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

NAMA MAHASISWA : YOGI ARDI SETIAWAN

NAMA SEKOLAH : SMA N 1 MERTOYUDAN

NO. MAHASISWA : 12601244051

ALAMAT SEKOLAH : JL. PRAMUKA NO. 49 PANCA ARGA MAGELANG

FAK/ JUR/ PRODI : FIK/ POR/ PJKR

GURU PEMBIMBING : MUHAMMAD ROFIQ MUTTAQIN, S.Pd

DOSEN PEMBIMBING : HERKA MAYA JATMIKA S.Pd.Jas, M.Pd

No.	Hari/Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	<b>Minggu V</b> Senin, 7 September 2015	<ul style="list-style-type: none"><li>• Upacara Bendera</li><li>• Membantu guru mengajar kelas XII IPS 5 dan XII IPS 3</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Upacara rutin hari senin, diikuti seluruh siswa, jajaran guru staf dan karyawan serta mahasiswa PPL selama 1 jam</li><li>• Ujian senam aerobik dari gerakan yang sudah dibuat minggu sebelumnya, selama 6 jam pelajaran</li></ul>	-	-

2.	Selasa, 8 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 4 dan XI IPA 3</li> <li>• Inventarisasi buku perpustakaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar permainan bola basket, siswa antusias, dengan jumlah siswa 31 siswa per kelas selama 6 jam pelajaran</li> <li>• Menyampul buku diperpustakaan dan menata buku serta menstempel buku selama 1 jam</li> </ul>		
3.	Rabu, 9 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membantu mengajar kelas XI IPS 3</li> <li>• Membantu guru mengajar kelas XII IPS 4</li> <li>• Membuat laporan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materi ajar bola basket, siswa semangat selama 6 jam pelajaran</li> <li>• Membantu pelaksanaan ujian senam aerobik dari gerakan yang sudah dibuat sendiri oleh siswa selama 15 menit, selama 3 jam pelajaran</li> <li>• Membuat laporan selama 3 jam</li> </ul>	-	-
4.	Kamis, 10 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar kelas XI IPA 1 dan XI IPA 2</li> <li>• Piket perpustakaan</li> <li>• Membuat laporan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajar dengan materi permainan bola basket, siswa terlihat antusias dan aktif, dengan jumlah siswa IPA 1 32 siswa dan IPA 2 31 siswa, selama 6 jam pelajaran</li> <li>• Membantu piket perpustakaan, menata buku selama 1 jam</li> <li>• Membuat laporan selama 3 jam</li> </ul>	-	-

		IPS 2 dan XII IPS 1	selama 15 menit dari pemanasan sampai pendinginan, 2 kelas 6 jam pelajaran		
6.	Sabtu, 12 September 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penarikan mahasiswa PPL</li> <li>• Membuat laporan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan mingguan selama 3 jam</li> </ul>	-	-

Mengetahui :

Dosen Pembimbing Lapangan



Herka Maya Jatmika, S.Pd., M.Pd

NIP. 19820101 200501 1 001

Guru Pembimbing



Muhammad Rofiq M, S.Pd

NIP. 19720418 200701 1014

Magelang, 12 September 2015

Mahasiswa,



Yogi Ardi Setiawan

NIM. 12601244051

# Silabus Berkarakter I

Mata Pelajaran : Penjasorkes  
Tingkat Pendidikan : SMA/MA

Kelas : XI  
Tahun Ajaran : 2015 / 2016

## Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif, dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan procedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai.					
1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.					

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan.</p>					
<p>3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p><b>Kegiatan Pembelajaran 1: Sepak Bola</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teknik Dasar Sepak Bola</li> <li>• Bentuk-Bentuk Latihan Sepak Bola</li> </ul>	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca buku teks tentang sepak bola.</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk membaca sebentar tentang teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</li> <li>3. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola</li> </ol>	<p><b>Tugas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</li> </ul> <p><b>Observasi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati teknik dasar dan</li> </ul>	<p>... x 1 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Ajar Fokus Penjasorkes Kelas XI CV Sindunata.</li> <li>• Referensi lain yang relevan.</li> <li>• Referensi dari media massa dan internet.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>4. Peserta didik mengamati gambar atau video tentang teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</p> <p><b>Menanya</b></p> <p>1. Guru meminta peserta didik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan pada cek kemampuan awal.</p> <p>2. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</p> <p>3. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola</p> <p><b>Mengeksplorasi</b></p> <p>1. Peserta didik mencari jawaban pertanyaan pada cek kemampuan awal dengan membaca buku ajar dan buku referensi lain.</p> <p>2. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan dan melengkapinya dengan membaca buku ajar dan buku</p>	<p>bentuk latihan sepak bola.</p> <p><b>Portofolio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</li> </ul> <p><b>Tes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai kemampuan peserta didik dalam teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</li> </ul>		

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>referensi terkait teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola</p> <p>3. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis ragam informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</p> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyusun hasil diskusi tentang teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</li> <li>2. Peserta didik merumuskan tentang teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola.</li> <li>3. Peserta didik menemukan hubungan tentang teknik dasar dan bentuk latihan sepak bola dengan pertanyaan konsep 5W + 1H.</li> </ol> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menuliskan laporan kerja kelompok.</li> <li>2. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas dan peserta didik dari kelompok lain memberikan tanggapan.</li> <li>3. Guru memberikan penegasan terhadap hasil pembelajaran peserta didik.</li> </ol>			

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p><b>Kegiatan Pembelajaran 2: Bola Voli</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bentuk Latihan Teknik Dasar Bola Voli</li> <li>• Kesalahan dan Perbaikan dalam Melakukan Teknik Dasar Voli</li> </ul>	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca buku teks tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk membaca sebentar tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> <li>3. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati beberapa permasalahan yang terkait dengan latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> <li>4. Peserta didik mengamati gambar atau video tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru meminta peserta didik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan pada cek kemampuan awal.</li> <li>2. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> </ol>	<p><b>Tugas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat hasil kajian dalam bentuk tulisan tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> </ul> <p><b>Observasi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati kegiatan peserta didik dalam latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> </ul> <p><b>Portofolio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai tulisan hasil kajian mengenai latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</li> </ul> <p><b>Tes:</b></p>	<p>... x 1 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Ajar Fokus Penjasorkes Kelas XI CV Sindunata.</li> <li>• Referensi lain yang relevan.</li> <li>• Referensi dari media massa dan internet.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>3. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya.</p> <p>4. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait.</p> <p><b>Mengeksplorasi</b></p> <p>1. Peserta didik mencari jawaban pertanyaan pada cek kemampuan awal dengan membaca buku ajar dan buku referensi lain.</p> <p>2. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan dan melengkapinya dengan membaca buku ajar dan buku referensi latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</p> <p>3. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis ragam informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang materi latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</p> <p><b>Mengasosiasikan</b></p>	Menilai kemampuan peserta didik dalam latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.		

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>1. Peserta didik menyusun hasil diskusi tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</p> <p>2. Peserta didik merumuskan tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli.</p> <p>3. Peserta didik menemukan hubungan tentang latihan teknik dasar dan kesalahan dan perbaikan dalam melakukan teknik bola voli dengan pertanyaan konsep 5W + 1H.</p> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <p>1. Peserta didik menuliskan laporan kerja kelompok.</p> <p>2. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas dan peserta didik dari kelompok lain memberikan tanggapan.</p> <p>3. Guru memberikan penegasan terhadap hasil pembelajaran peserta didik.</p>			

## Silabus Berkarakter 3

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : XI

Tingkat Pendidikan : SMA/MA

Tahun Ajaran : 2015 / 2016

### Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung awab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, dan damai), santun, responsif dan proaktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain.					

<b>Kompetensi Dasar</b>	<b>Materi Pokok</b>	<b>Pembelajaran</b>	<b>Penilaian</b>	<b>Alokasi Waktu</b>	<b>Sumber Belajar</b>
<p>2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan</p>					

<b>Kompetensi Dasar</b>	<b>Materi Pokok</b>	<b>Pembelajaran</b>	<b>Penilaian</b>	<b>Alokasi Waktu</b>	<b>Sumber Belajar</b>
<p>3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi kehidupan yang harmonis dalam masyarakat berdasar prinsip kesetaraan.</p>	<p><b>Kegiatan Pembelajaran 1: Jalan Cepat</b></p>	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca buku teks tentang jalan cepat.</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk membaca sebentar tentang jalan cepat.</li> <li>3. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati jalan cepat.</li> <li>4. Peserta didik mengamati gambar atau video tentang jalan cepat.</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru meminta peserta didik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan pada cek kemampuan awal.</li> <li>2. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang jalan cepat.</li> <li>3. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya.</li> </ol>	<p><b>Tugas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan tentang jalan cepat.</li> </ul> <p><b>Observasi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati kegiatan peserta didik dalam proses mengumpulkan data, analisis data dan pembuatan laporan.</li> </ul> <p><b>Portofolio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai tulisan hasil kajian mengenai jalan cepat.</li> </ul> <p><b>Tes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai kemampuan peserta didik dalam menganalisis materi mengenai jalan cepat.</li> </ul>	<p>... x 1 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Ajar Fokus Penjasorkes Kelas XI CV Sindunata.</li> <li>• Referensi lain yang relevan.</li> <li>• Referensi dari media massa dan internet.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>4. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait materi jalan cepat.</p> <p><b>Mengeksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mencari jawaban pertanyaan pada cek kemampuan awal dengan membaca buku ajar dan buku referensi lain.</li> <li>2. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan dan melengkapinya dengan membaca buku ajar dan buku referensi terkait materi jalan cepat.</li> <li>3. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis ragam informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang jalan cepat.</li> </ol> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyusun hasil diskusi tentang pendekatan teoritis terhadap keberagaman.</li> </ol>			

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>2. Peserta didik merumuskan tentang materi jalan cepat.</p> <p>3. Peserta didik menemukan hubungan tentang jalan cepat dengan pertanyaan konsep 5W + 1H.</p> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <p>1. Peserta didik menuliskan laporan kerja kelompok.</p> <p>2. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas dan peserta didik dari kelompok lain memberikan tanggapan.</p> <p>3. Guru memberikan penegasan terhadap hasil pembelajaran peserta didik.</p>			

## Silabus Berkarakter 6

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas : XI

Tingkat Pendidikan : SMA/MA

Tahun Ajaran : 2015 / 2016

### Kompetensi Inti :

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung awab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, dan damai), santun, responsif dan proaktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metode sesuai kaidah keilmuan.

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai. 1.2 Tumbuhnya kesadaran bahwa tubuh harus dipelihara dan dibina, sebagai wujud syukur kepada sang Pencipta.					
2.1 Berperilaku sportif dalam bermain. 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan					

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.</p> <p>2.3 Menghargai perbedaan karakteristik individual dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.4 Menunjukkan kemauan bekerja sama dalam melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.5 Toleransi dan mau berbagi dengan teman dalam penggunaan peralatan dan kesempatan.</p> <p>2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik.</p> <p>2.7 Menerima kekalahan dan kemenangan dari suatu permainan</p>					
Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>3.6 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak senam ketangkasan menggunakan meja lompat serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.6 Mempraktikkan perbaikan keterampilan dua jenis gerak dasar senam ketangkasan</p>	<p><b>Kegiatan Pembelajaran 1:</b></p> <p><b>Gerakan-Gerakan Lompat Kangkang pada Meja Lompat</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian Lompat Kangkang</li> </ul>	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca buku teks tentang pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk membaca sebentar tentang pengertian serta kesalahan-</li> </ol>	<p><b>Tugas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempraktikkan pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> </ul> <p><b>Observasi:</b></p>	<p>... x 1 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Ajar Fokus Penjasorkes Kelas XI CV Sindunata.</li> <li>• Referensi lain yang relevan.</li> <li>• Referensi dari media massa dan internet.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan kategorisasi.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kesalahan-Kesalahan dalam Melakukan Gerakan Lompat Kangkang</li> </ul>	<p>kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> <li>4. Peserta didik mengamati gambar atau video tentang pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru meminta peserta didik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan pada cek kemampuan awal.</li> <li>2. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> <li>3. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya.</li> <li>4. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait pengertian serta kesalahan-</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati kegiatan peserta didik dalam proses mengumpulkan data, analisis data dan pembuatan laporan.</li> </ul> <p><b>Portofolio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai tulisan hasil kajian mengenai pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> </ul> <p><b>Tes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai kemampuan peserta didik dalam menganalisis materi mengenai pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> </ul>		

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</p> <p><b>Mengeksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mencari jawaban pertanyaan pada cek kemampuan awal dengan membaca buku ajar dan buku referensi lain.</li> <li>2. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan dan melengkapinya dengan membaca buku ajar dan buku referensi terkait pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> <li>3. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis ragam informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> </ol> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyusun hasil diskusi tentang pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</li> </ol>			

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>2. Peserta didik merumuskan tentang pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang.</p> <p>3. Peserta didik menemukan hubungan tentang pengertian serta kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan lompat kangkang dengan pertanyaan konsep 5W + 1H.</p> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <p>1. Peserta didik menuliskan laporan kerja kelompok.</p> <p>2. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas dan peserta didik dari kelompok lain memberikan tanggapan.</p> <p>3. Guru memberikan penegasan terhadap hasil pembelajaran peserta didik.</p>			

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
<p>3.6 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak senam ketangkasan menggunakan meja lompat serta menyusun rencana perbaikan.</p> <p>4.6 Mempraktikkan perbaikan keterampilan dua jenis gerak dasar senam ketangkasan menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan kategorisasi.</p>	<p><b>Kegiatan Pembelajaran 2: Mempraktikkan Gerakan-Gerakan Lompat Kangkang pada Meja Lompat</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tahapan Pembelajaran Lompat Kangkang</li> <li>• Mempraktikkan Rangkaian Gerakan Lompat Kangkang dengan Teknik yang Benar</li> </ul>	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membaca buku teks tentang tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempraktikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk membaca sebentar mengenai tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempraktikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> <li>3. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati beberapa permasalahan yang terkait tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempraktikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> <li>4. Peserta didik mengamati gambar atau video tentang tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempraktikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> </ol>	<p><b>Tugas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menjelaskan dengan benar tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempraktikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> </ul> <p><b>Observasi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati kegiatan peserta didik dalam menjelaskan tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempraktikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> </ul> <p><b>Portofolio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai tulisan hasil kajian mengenai tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempraktikkan rangkaian gerakan lompat kangkang</li> </ul>	<p>... x 1 JP</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Buku Ajar Fokus Penjasorkes Kelas XI CV Sindunata.</li> <li>• Referensi lain yang relevan.</li> <li>• Referensi dari media massa dan internet.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p><b>Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru meminta peserta didik untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan pada cek kemampuan awal.</li> <li>2. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempratikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> <li>3. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya.</li> <li>4. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempratikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> </ol> <p><b>Mengeksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mencari jawaban pertanyaan pada cek kemampuan awal dengan membaca buku ajar dan buku referensi lain.</li> </ol>	<p>dengan teknik yang benar.</p> <p><b>Tes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menilai kemampuan peserta didik dalam menganalisis materi tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempratikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</li> </ul>		

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>2. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan dan melengkapinya dengan membaca buku ajar dan buku referensi terkait tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempratikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</p> <p>3. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis ragam informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempratikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</p> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <p>1. Peserta didik menyusun hasil diskusi tentang pengertian, manfaat, serta macam-macam pengukuran kebugaran jasmani.</p> <p>2. Peserta didik merumuskan tentang tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempratikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar.</p>			

Kompetensi Dasar	Materi Pokok	Pembelajaran	Penilaian	Alokasi Waktu	Sumber Belajar
		<p>3. Peserta didik menemukan hubungan tentang tahapan pembelajaran lompat kangkang serta mempratikkan rangkaian gerakan lompat kangkang dengan teknik yang benar dengan pertanyaan konsep 5W + 1H.</p> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menuliskan laporan kerja kelompok.</li> <li>2. Peserta didik mempresentasikan hasil kerja kelompok di depan kelas dan peserta didik dari kelompok lain memberikan tanggapan.</li> <li>3. Guru memberikan penegasan terhadap hasil pembelajaran peserta didik.</li> </ol>			

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Sekolah : SMA N 1 MERTOYUDAN  
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Kelas/Semester : XI / 1  
Materi Pokok : **Atletik**  
Sub Materi Pokok : Jalan Cepat  
Alokasi Waktu : 3 x 45 menit

**A. KOMPETENSI INTI**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

**B. Kompetensi Dasar**

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai.

- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.3 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) serta menyusun rencana perbaikan
- 4.3 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu nomor atletik (jalan cepat, lari, lompat, dan lempar) sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

### **C. Indikator Pencapaian Kompetensi**

- 1.1.1 Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan
- 2.2.1 Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan,
- 2.6.1 Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga,
- 3.3.1 Peserta didik dapat menjelaskan peraturan jalan cepat,
- 3.3.2 Mengetahui kesalahan-kesalahan yang sering dilakukan dalam jalan cepat,
- 4.3.1 Peserta didik dapat mempraktikkan jalan cepat.

### **D. Tujuan Pembelajaran**

Pada akhir pembelajaran peserta didik diharapkan:

1. Mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
2. Mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes,
3. Memahami peraturan dan kesalahan dalam jalan cepat,
4. Mempraktikkan jalan cepat sejauh 400 meter.

### **E. Materi Pembelajaran**

Jalan Cepat merupakan salah satu nomor dalam cabang atletik dan resmi diperlombakan dalam kejuaraan-kejuaraan atletik, baik nasional maupun internasional. Dalam melakukan jalan cepat perlu adanya penguasaan teknik dasar yang baik agar bisa melakukannya dengan maksimal, jalan cepat berbeda dengan lari cepat atau sprint, ada beberapa perbedaan yang mendasar dalam jalan cepat dan lari sprint. Teknik Dasar jalan cepat dibagi menjadi 5 bagian yaitu start, langkah kaki, kecondongan badan,ayunan lengan dan finish.

Teknik Dasar Jalan Cepat :

a. Start

Start menggunakan start berdiri. Sikap start yang digunakan ada pada aba-aba “Bersedia” murid/anak-anak menempatkan kaki kiri di belakang garis start, sedang kaki kanan di samping belakang kaki kiri, dengan badan agak condong ke depan dan kedua lengan rileks. Pada aba-aba “Ya” atau bunyi tembakan pistol, segera melangkahkan kaki kanan ke depan, disusul kaki kiri dan terus berjalan.

b. Langkah

Langkah dimulai dengan gerakan mengangkat paha kaki ayun ke depan lutut, terlihat tungkai bawah bergantung lemas, karena ayunan paha ke depan, tungkai bawah ikut terayun ke depan, menyebabkan lutut menjadi lurus. Kemudian menapak pada tumit terlebih dahulu menyentuh tanah, bersamaan dengan mengangkat tumit, selanjutnya ujung kaki tumpu lepas dari tanah, ganti dengan kaki ayun. Begitu seterusnya selalu ada kaki yang menumpu, jadi tidak ada saat melayang.

c. Condong Badan

Mulai dari kepala, punggung/dada, pinggang sampai tungkai bawah sedikit condong ke depan.

d. Ayunan Lengan

Siku di tekuk kurang lebih 90 derajat, ayunan lengan kiri ke depan bersamaan dengan mengangkat paha dan kaki kanan, sehingga koordinasinya adalah lengan kiri bersamaan dengan kaki kanan, dan lengan kanan bersamaan dengan kaki kiri.

e. Finish

Tidak ada teknik khusus gerakan masuk finish dalam jalan cepat. Biasanya jalan terus sampai melewati garis finish, baru dikendorkan kecepatannya setelah melewati kira-kira tiga sampai lima meter.

## **F. Metode Pembelajaran**

1. Pendekatan : Saintifik
2. Model : Direct Instruction
3. Metode : Komando

## **G. Media/alat pembelajaran**

Media :

1. Gambar rangkaian gerak jalan cepat

Alat :

1. Cone
2. Peluit
3. Stopwatch

#### H. Kegiatan Pembelajaran

NO	GAMBAR	URAIAN KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
1.	  	<p><b>A. KEGIATAN PENDAHULUAN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa ditarikkan dua bersama-sama, guru mengucapkan salam.</li> <li>• Dimulai dengan doa dan presensi oleh guru, selanjutnya melakukan apersepsi.</li> <li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li> <li>• Apersepsi: Apa yang kalian ketahui tentang jalan cepat ?</li> <li>• Melakukan pemanasan dengan bermain: Salah 1 peserta didik dipilih untuk menjadi pengejar, dan peserta didik yang tidak terpilih menjadi pengejar bertugas menghindar jangan sampai tersentuh oleh orang yang sedang mengejar. Kegiatan tersebut dilakukan dengan berjalan cepat tidak boleh ada yang berlari. Apabila ada peserta didik yang tertangkap maka ikut menjadi pengejar, begitu seterusnya sampai semua tertangkap.</li> </ul> <p><b>B. KEGIATAN INTI</b></p> <p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati beberapa permasalahan yang terkait dengan jalan cepat.</li> <li>2. Peserta didik mengamati gambar tentang rangkaian gerak jalan cepat.</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p>	25 menit

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang rangkaian gerak jalan cepat.</li> <li>2. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya.</li> <li>3. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait tentang rangkaian gerak jalan cepat.</li> </ol> <p><b>Mengeksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan</li> <li>2. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang jalan cepat .</li> </ol> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyusun hasil diskusi rangkaian gerak jalan cepat</li> <li>2. Peserta didik merumuskan tentang rangkaian gerak jalan cepat</li> <li>3. Mencoba bergiliran melakukan jalan cepat sejauh 20 meter</li> <li>4. Melakukan dengan sejauh 50 meter</li> <li>5. Peserta didik menemukan cara rangkaian gerak jalan cepat</li> </ol> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mempresentasikan hasil pembelajaran di depan kelas dan peserta didik lain memberikan tanggapan.</li> <li>2. Guru memberikan penegasan terhadap hasil</li> </ol>	90 menit
--	--	----------

	<p style="text-align: center;"><b>C. KEGIATAN AKHIR/PENENANGAN</b></p>	<p>pembelajaran peserta didik</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa ditarikkan 2 bersama untuk mendengarkan evaluasi.</li> <li>• Siswa diperintahkan untuk berhitung (Guru mengecek jumlah siswa)</li> <li>• Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pelajaran yang telah diikuti</li> <li>• Kemudian melakukan pendinginan dengan bermain ganjil genap :             <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa harus menyebutkan angka yang telah disepakati bersama misalnya angka ganjil harus disebutkan sebanyak 2 kali dan angka genap 3 kali</li> <li>2. Apabila ada yang salah siswa disuruh memimpin dengan gerakan pendinginan</li> </ol> </li> <li>• Guru menutup pembelajaran dengan doa bersama dan mengucapkan salam</li> <li>• Siswa kembali ke kelas</li> </ul>	20 menit
---	--	---	----------

### I. Rubrik Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

<b>Indikator Pencapaian Kompetensi</b>	<b>Penilaian</b>		
	<b>Teknik</b>	<b>Bentuk Instrumen</b>	<b>Contoh Instrumen</b>
<b>Aspek Psikomotor</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Penampilan praktik</li> </ul>	Tes praktik (Kinerja)	Lembar pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eksekusi Keterampilan</li> <li>• Membuat keputusan</li> <li>• Mendukung</li> </ul>
<b>Aspek Kognitif</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memahami gerakan jalan cepat</li> </ul>	Tes lisan	Lembar pertanyaan kuis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimanakah cara efektif melakukan jalan cepat?</li> </ul>
<b>Aspek Afektif</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanggung jawab dan disiplin dalam pembelajaran</li> </ul>	Tes observasi	Lembar observasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menunjukkan sikap disiplin dan tanggung jawab</li> </ul>

## 1. PENILAIAN SIKAP

Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan kegiatan pembelajaran.

### RUBRIK PENILAIAN SIKAP PEMBELAJARAN JALAN CEPAT

No.	Sikap yang Diharapkan	Cek Mark (✓)					
		1	2	3	4	5	
1.	<p>Disiplin</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Hadir tepat waktu</li><li>b. Mengikuti seluruh proses pembelajaran</li><li>c. Mentaati prosedur kerja</li><li>d. Selesai tepat waktu</li></ul>						
2.	<p>Tanggung jawab</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Berupaya menyelesaikan seluruh tugas yang diberikan</li><li>b. Menggunakan waktu secara efisien untuk mengerjakan seluruh tugas</li><li>c. Melaporkan setiap peristiwa yang memerlukan penanganan guru</li><li>d. Menjaga kebersihan kelas selama pembelajaran</li></ul>						
Jumlah							
Jumlah Nilai Maksimal		15					

Nilai	Kriteria Penilaian Sikap
5	Jika 4 kriteria terpenuhi
4	Jika 3 kriteria terpenuhi
3	Jika 2 kriteria terpenuhi
2	Jika 1 kriteria terpenuhi
1	Jika tidak ada kriteria yang terpenuhi

**Jumlah skor yang diperoleh**  
**Penilaian Sikap =** \_\_\_\_\_ **X 20%**  
**Jumlah skor maksimal**

## 2. PENILAIAN PENGETAHUAN

### 1. SOAL

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN TENTANG JALAN CEPAT**

No.	Pertanyaan	Kualitas Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Sebutkan tahapan gerakan jalan cepat				
2.	Sebutkan kesalahan yang sering dilakukan pada jalan cepat				
Jumlah Nilai					
Jumlah Nilai Maksimal		8			

## 2. KUNCI JAWABAN

No. Soal	Langkah-Langkah
1.	a. Langkah b. Condong badan c. Ayunan lengan d. Start dan finish
2.	a. Langkah seperti jalan biasa b. Badan terlalu condong c. Ayunan lengan tidak/ kurang 90 derajat d. Pada saat start dan finish kurang pas
Nilai	Kriteria Penilaian
1	Jika menyebutkan 1 jawaban
2	Jika menyebutkan 2 jawaban
3	Jika menyebutkan 3 jawaban
4	Jika menyebutkan 4 jawaban

$$\begin{array}{l}
 \text{Jumlah skor yang diperoleh} \\
 \text{Penilaian Pengetahuan} = \text{_____} \times 30\% \\
 \text{Jumlah skor maksimal}
 \end{array}$$

### 3. PENILAIAN KETERAMPILAN

#### 1) Petunjuk Penilaian

Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam satu bentuk yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan sikap/cara melakukan suatu proses gerakan.

#### 2) Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja).

### RUBRIK PENILAIAN UNJUK KETERAMPILAN JALAN CEPAT

No.	Aspek yang Dinilai	Cek Mark (✓)			
		1	2	3	4
1.	Awalan : menempatkan kaki kiri di belakang garis start, sedang kaki kanan di samping belakang kaki kiri, dengan badan agak condong ke depan dan kedua lengan rileks. Pada aba-aba “Ya” atau bunyi tembakan pistol, segera melangkahkan kaki kanan ke depan, disusul kaki kiri dan terus berjalan.				
2.	Pelaksanaan : dimulai dengan gerakan mengangkat paha kaki ayun ke depan lutut, terlihat tungkai bawah bergantung lemas, karena ayunan paha ke depan, tungkai bawah ikut terayun ke depan, menyebabkan lutut menjadi lurus. Kepal, punggung/dada, pinggang sampai tungkai bawah sedikit condong ke depan. Siku di tekuk				

	kurang lebih 90 derajat.				
3.	Akhiran : jalan terus sampai melewati garis finish, baru dikendorkan kecepatannya setelah melewati kira-kira tiga sampai lima meter.				
Jumlah					
Jumlah Nilai Maksimal		12			

Nilai	Kriteria Penilaian Kualitas
4	Jika semua 4 unsur gerakan terpenuhi
3	Jika hanya 3 unsur gerakan terpenuhi
2	Jika hanya 2 unsur gerakan terpenuhi
1	Jika hanya 1 unsur gerakan terpenuhi

#### Jumlah skor yang diperoleh

Penilaian keterampilan = \_\_\_\_\_ X 50%

Jumlah skor maksimal

#### 4. Rekapitulasi Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek-aspek yang dinilai			Jumlah = S+P+K	Nilai Kualitatif
		Nilai Sikap	Nilai Pengetahuan	Nilai Keterampilan		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						

## RUBRIK REKAPITULASI PENILAIAN

### JALAN CEPAT

JUMLAH SKOR	NILAI	NILAI KUALITATIF
76-100	SB	Sangat Baik
51-75	B	Baik
26-50	C	Cukup
0-25	K	Kurang

Magelang, 12 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Penjasorkes,



Muhammad Rofiq Muttaqin, S.Pd.

NIP. 19720418 200701 1 014

Mahasiswa PPL,



Yogi Ardi Setiawan

NIM . 12601244051

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Sekolah	: SMA N 1 MERTOYUDAN
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Materi Pokok	: <b>Sepak Bola</b>
Sub Materi Pokok	: Taktik Mencegah Gol – Menjaga Daerah Gawang
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

**A. KOMPETENSI INTI**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

**B. Kompetensi Dasar**

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai.

- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.
- 4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

### **C. Indikator Pencapaian Kompetensi**

- 1.1.1 Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan
- 2.2.1 Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan,
- 2.6.1 Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga,
- 3.1.1 Peserta didik dapat menjelaskan taktik mempertahankan daerah gawang dalam sepak bola
- 3.1.2 Peserta didik dapat mengetahui taktik mencegah gol dengan mempertahankan daerah gawang dalam sepak bola
- 4.1.1 Peserta didik dapat mempraktikkan taktik mencagah gol dengan mempertahankan daerah gawang dalam sepak bola

### **D. Tujuan Pembelajaran**

Pada akhir pembelajaran peserta didik diharapkan:

1. Mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
2. Mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes,
3. Memahami taktik mencegah gol dengan mempertahankan daerah gawang dalam sepak bola
4. Mempraktikkan taktik mencegah gol dengan mempertahankan daerah gawang dalam sepak bola selama 15 menit.

### **E. Materi Pembelajaran**

1. Sepak Bola (mencegah gol dengan mempertahankan daerah gawang)  
Menjaga daerah gawang dilakukan untuk mencegah gol. Merupakan salah satu cara untuk defence. Dilakukan dengan menjaga daerah pertahanan agar

pemain lawan tidak bisa melakukan penyerangan dan mencetak angka atau gol.

#### **F. Metode Pembelajaran**

1. Pendekatan : Saintifik
2. Model : TA
3. Metode : TGfU

#### **G. Media/alat pembelajaran**

Media :

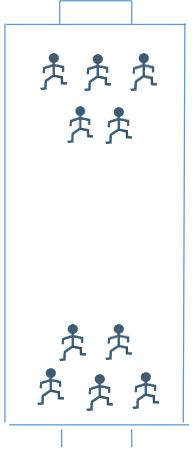
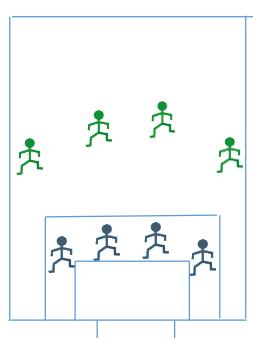
1. Gambar menjaga daerah gawang

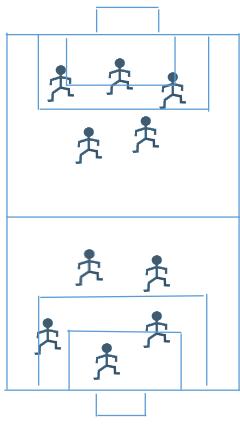
Alat :

1. Cone
2. Peluit
3. Stopwatch
4. Bola sepak
5. Gawang

#### **H. Kegiatan Pembelajaran**

NO	GAMBAR	URAIAN KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
1.		<p>A. KEGIATAN PENDAHULUAN</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa ditarikkan dua bersama, guru mengucapkan salam.</li><li>• Dimulai dengan doa dan presensi oleh guru., selanjutnya melakukan apersepsi.</li><li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li><li>• Apersepsi : Apa yang kalian ketahui tentang taktik mempertahankan daerah gawang pada sepak bola ?</li><li>• Melakukan pemanasan dengan bermain:<ul style="list-style-type: none"><li>– Peserta didik dibagi berpasangan 2 orang dengan satu bola</li><li>– Peserta didik dibagi dalam 2 nama yaitu hitam dan hijau</li></ul></li></ul>	2 menit

	 	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Setiap pasangan menempati satu cone</li> <li>– Apabila guru menyebutkan kata hijau maka peserta didik yang mendapat nama hijau harus mendribel bola ke arah cone yang berada di tengah lalu mengoper bola ke peserta didik dengan kata hitam pasangnya setelah sampai ditengah. Begitu sebaliknya</li> </ul> <p><b>B. KEGIATAN INTI</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. PERMAINAN I (GAME)</b></li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permainan sepakbola 5 lawan 5 dengan lapangan yang dimodifikasi (Siswa bermain modifikasi sepakbola untuk mencegah gol)</li> </ul> <p><b>Tujuan permainan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencegah gol dengan mempertahankan daerah gawang</li> </ul> <p><b>Peraturan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik bermain 5 lawan 5</li> <li>• Tim yang tidak kebobolan atau kebobolan paling sedikit dinyatakan sebagai pemenang</li> <li>• Guru mengamati</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>2. PERTANYAAN (QUESTION)</b></li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghentikan permainan untuk menanya dan membenarkan apabila terjadi kesalahan serta menjelaskan keputusan yang lebih baik diambil dalam permainan</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>3. LATIHAN (PRACTICE)</b></li> </ol> <p><b>Peraturan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik dibagi 2 tim penyerang dan bertahan</li> <li>• Peserta didik yang bertahan berada di dalam kotak penalti dengan sejajar</li> <li>• Peserta didik yang bertahan berusaha menjaga daerah gawang agar peserta didik</li> </ul>	6 menit
--	---	---	---------

		<p>penyerang tidak bisa masuk ke daerah gawang dan memasukan bola ke gawang</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik yang menyerang berusaha menyerang dan memasukan bola ke gawang</li> </ul> <p><b>Menalar :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Siswa mengerti apa yang harus dilakukan ketika sedang bertahan pada daerah gawang</li> <li>– Siswa berfikir bagaimana cara mencegah gol</li> <li>– Siswa berfikir strategi apa yang harus dibuat agar lawan tidak memperoleh poin</li> </ul> <p><b>Tujuan:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencegah gol dengan menjaga daerah gawang</li> </ul> <p><b>4. PERMAINAN II (GAME)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bermain 5 lawan 5 dengan lapangan yang sudah dimodifikasi</li> </ul> <p><b>Tujuan permainan :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mencegah gol dengan menjaga daerah gawang</li> </ul> <p><b>Peraturan :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta didik bermain 5 lawan 5</li> <li>• Apabila tim sedang bertahan semua pemain harus berada di dalam kotak penalti untuk mencegah gol dengan menjaga darah gawang, membayangi pemain yang sedang membawa bola dan melihat pergerakan pemain yang tidak membawa bola</li> <li>• Apabila bola terebut oleh tim bertahan, tim penyerang harus cepat balik ke kotak penalti sendiri untuk mencegah gol dengan mempertahankan daerah gawang.</li> </ul>	2 menit
--	---	---	---------

		<p><b>C. KEGIATAN AKHIR/PENENANGAN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa ditarikkan 2 bershad untuk mendengarkan evaluasi.</li> <li>• Siswa diperintahkan untuk berhitung (Guru mengecek jumlah siswa)</li> <li>• Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pelajaran yang telah diikuti</li> <li>• Kemudian melakukan pendinginan dengan bermain ganjil genap : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa harus menyebutkan angka yang telah disepakati bersama misalnya angka ganjil harus disebutkan sebanyak 2 kali dan angka genap 3 kali</li> <li>2. Apabila ada yang salah siswa disuruh memimpin dengan gerakan pendinginan</li> </ol> </li> <li>• Guru menutup pembelajaran dengan doa bersama dan mengucapkan salam</li> <li>• Siswa kembali ke kelas</li> </ul>	
--	---	--	--

## I. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<b>Aspek Psikomotor</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Penampilan bermain permainan</li> </ul>	Tes praktik (Kinerja)	Lembar pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eksekusi Keterampilan</li> <li>• Membuat keputusan</li> <li>• Mendukung</li> </ul>
<b>Aspek Kognitif</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memahami taktik mempertahankan daerah gawang</li> </ul>	Tes lisan	Lembar pertanyaan kuis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bagaimanakah cara efektif untuk menjaga daerah gawang?</li> <li>• Melakukan kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, dan keberanian</li> </ul>
<b>Aspek Afektif</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, dan keberanian</li> </ul>	Tes Observasi	Lembar observasi	

- I. Teknik penilaian:

  - Tes/Pengamatan unjuk kerja (psikomotor): Game Performance Assesment Instrument (GPAI)
  - Pengamatan sikap (afeksi):
  - Kuis/*embedded test* (kognisi): pemahaman Taktik

## **RUBRIK PENILAIAN**

### **UNJUK KERJA PERMAINAN SEPAK BOLA**

Ket ;

## A : Appropriate

## IA : Inappropriate

## **E : Efficient**

## IE : Inefficient

## Komponen dan Kriteria

- **Eksekusi Keterampilan (*skill execution*)** : peserta didik dapat menjaga daerah gawang untuk mencegah gol, membayangi pemain yang sedang membawa bola menahan dan menghalau bola
  - **Membuat Keputusan (*decision making*)** : peserta didik membuat keputusan yang tepat kapan membayangi dan kapan merebut bola untuk menjaga daerah gawang dan mencegah terjadinya gol

- **Mendukung (support)** : peserta didik berusaha bergerak mengikuti pemain penyerang lain untuk menutup pergerakan agar tidak masuk ke daerah gawang

Magelang, 15 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Penjasorkes,



Muhammad Rofiq Muttaqin,S.Pd.

NIP. 19720418 200701 1 014

Mahasiswa PPL,



Yogi Ardi Setiawan

NIM . 12601244051

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

Sekolah	: SMA N 1 MERTOYUDAN
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Materi Pokok	: <b>Permainan Bola Besar</b>
Sub Materi Pokok	: Bola Voli
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

**A. KOMPETENSI INTI**

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, damai), santun, responsif dan pro-aktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural, dan metakognitif berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, bertindak secara efektif dan kreatif, serta mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan

**B. Kompetensi Dasar**

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai.

- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas fisik
- 3.1 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak salah satu permainan bola besar serta menyusun rencana perbaikan.
- 4.1 Mempraktikkan perbaikan keterampilan salah satu permainan bola besar sesuai hasil analisis dan kategorisasi.

### **C. Indikator Pencapaian Kompetensi**

- 1.1.1 Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan
- 2.2.1 Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan,
- 2.6.1 Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga,
- 3.1.1 Peserta didik dapat menjelaskan tahapan teknik bola voli yaitu pasing bawah
- 3.1.2 Peserta didik dapat mengetahui kesalahan yang sering terjadi dalam melakukan teknik dasar bola voli yaitu pasing bawah
- 4.1.1 Peserta didik dapat mempraktikkan teknik pasing bawah dalam bola voli dan sikap badan saat melakukan latihan

### **D. Tujuan Pembelajaran**

Pada akhir pembelajaran peserta didik diharapkan:

1. Mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
2. Mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes,
3. Memahami tahapan teknik pasing bawah dalam bola voli
4. Mempraktikkan teknik pasing bawah dalam bola voli dengan permainan 10 kali pasing tanpa terjatuh

### **E. Tujuan Pembelajaran**

Pada akhir pembelajaran peserta didik diharapkan:

1. Mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
2. Mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes

3. Memahami tahapan teknik pasing atas dan pasing bawah dalam bola voli
4. Mengetahui kesalahan yang sering terjadi dalam melakukan pasing bawah
5. Mempraktikkan pasing bawah dalam bola voli 10 kali tanpa terjatuh.

## **F. Materi Pembelajaran**

### **Passing Bawah**

#### **A. Tahapan melakukan Passing Bawah:**

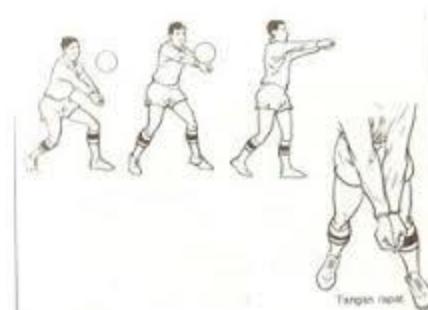
- a. Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut direndahkan hingga berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan
- b. Posisi lengan di depan badan dengan kedua telapak tangan saling menggenggam
- c. Pandangan ke arah bola

#### **B. Tahapan pelaksanaan gerakan Passing Bawah :**

- a. Ayunkankan kedua lengan menyongsong arah datangnya bola bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat.
- b. Usahakan arah datangnya bola tepat di depan badan
- c. Perkenaan bola yang baik adalah tepat mengenai area di antara kedua pergelangan tangan ke atas

#### **C. Tahapan akhir gerakan Passing Bawah :**

- a. Tumit terangkat dari lantai.
- b. Pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus.
- c. Pandangan ke arah bola.



Gambar 1.20 Posisi tangan dan tubuh saat passing bawah.

## Langkah Passing Bawah

### a. Sikap Permulaan

 <p>Gambar.1</p> <p>Sikap permulaan passing atas</p>	<p>Ambil posisi dengan sikap siap untuk memainkan bola berdiri dengan kedua kaki terbuka selebar bahu, salah satu kaki berada di depan berat badan bertumpu pada tapak kaki bagian depan, lutut ditekuk dengan badan merendah,, tempatkan badan secepat mungkin di depan sejajar dengan bola, dengan kedua langan saling menggenggam.</p>
---	---

### b. Sikap Pelaksanaan

 <p>Gambar.2</p> <p>Posisi siap dengan bola</p>  <p>Gambar.3</p> <p>Posisi akhir gerakan passing bawah</p>	<p>Dorongkan kedua lengan ke arah datanya bola, bersamaan kedua lutut dan pinggul naik serta tumit terangkat dari lantai. Usahakan arah datangnya bola tepat ditengah-tengah badan, dan perkenaan bola tepat pada lengan bagian bawah di atas pergelangan tangan</p> <p>Akhir gerakan, tumit terangkat dari, pinggul dan lutut naik serta kedua lengan lurus, pandangan mengikuti arah gerakan bola. Gerakan ini merupakan gerak dasar (fundamental) dari gerak dorong</p>
---	--

## **G. Metode Pembelajaran**

1. Pendekatan : Saintifik
2. Model : Direct Intruction
3. Metode : Komando

## **H. Media/alat pembelajaran**

Media :

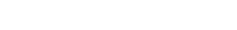
1. Gambar tahapan pasing bawah dalam bola voli

Alat :

1. Cone
2. Peluit
3. Stopwatch
4. Bola
5. Net
- 6.

## **I. Kegiatan Pembelajaran**

NO	GAMBAR	URAIAN KEGIATAN	ALOKASI WAKTU
1.	  	<p><b>A. KEGIATAN PENDAHULUAN</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Siswa ditarikkan dua bersama, guru mengucapkan salam.</li><li>• Dimulai dengan doa dan presensi oleh guru. selanjutnya melakukan apersepsi.</li><li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran</li><li>• Apersepsi: Apa yang kalian ketahui tentang tahapan teknik pasing bawah dalam bola voli?</li><li>• Melakukan pemanasan dengan bermain: Salah 1 peserta didik dipilih untuk menjadi pengejar, dan peserta didik yang tidak terpilih menjadi pengejar bertugas menghindar jangan sampai tersentuh oleh orang yang sedang mengejar. Kegiatan tersebut dilakukan dengan berjalan cepat tidak boleh ada yang berlari. Apabila ada peserta didik yang tertangkap maka ikut menjadi pengejar, begitu seterusnya</li></ul>	25 menit

	  	<p>sampai semua tertangkap.</p> <p><b>B. KEGIATAN INTI</b></p> <p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati beberapa permasalahan yang terkait dengan pasing bawah dalam bola voli.</li> <li>2. Peserta didik mengamati gambar tahapan dalam melakukan pasing bawah bola voli.</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengajukan pertanyaan terkait hasil pengamatan mereka tentang tahapan melakukan pasing bawah dalam bola voli.</li> <li>2. Guru menampung pertanyaan peserta didik dan memberi kesempatan kepada tiap peserta didik atau menunjuk secara acak peserta didik untuk menjawab pertanyaan temannya.</li> <li>3. Guru mengajukan pertanyaan kepada peserta didik terkait tentang tahapan dalam melakukan pasing bawah dalam bola voli.</li> </ol> <p><b>Mengeksplorasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mengumpulkan informasi dari tanya jawab yang dilakukan</li> <li>2. Peserta didik berdiskusi secara berkelompok untuk mengidentifikasi dan menganalisis informasi yang diperoleh, kemudian dijadikan bahan untuk menyimpulkan tentang pasing bawah dalam bola voli.</li> </ol> <p><b>Mengasosiasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyusun hasil diskusi tahapan pasing bawah</li> <li>2. Peserta didik merumuskan tentang rangkaian gerak pasing bawah</li> <li>3. Mencoba bergiliran menerima bola yang</li> </ol>	90 menit
--	---	--	----------

	<p>dilempar oleh teman sendiri dengan pasing bawah 10 kali per anak.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Melakukan dengan membentuk formasi melingkar anak berusaha mempasing bola 10 kali pasing tanpa terjatuh.</li> <li>5. Peserta didik menemukan cara rangkaian gerak pasing bawah</li> </ol> <p><b>Mengomunikasikan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik mempresentasikan hasil pembelajaran di depan kelas dan peserta didik lain memberikan tanggapan.</li> <li>2. Guru memberikan penegasan terhadap hasil pembelajaran peserta didik</li> </ol> <p><b>C. KEGIATAN AKHIR/PENENANGAN</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa ditarikkan 2 bersama untuk mendengarkan evaluasi.</li> <li>• Siswa diperintahkan untuk berhitung (Guru mengecek jumlah siswa)</li> <li>• Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk menyampaikan pendapatnya tentang pelajaran yang telah diikuti</li> <li>• Kemudian melakukan pendinginan dengan bermain ganjil genap : <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siswa harus menyebutkan angka yang telah disepakati bersama misalnya angka ganjil harus disebutkan sebanyak 2 kali dan angka genap 3 kali</li> <li>2. Apabila ada yang salah siswa disuruh memimpin dengan gerakan pendinginan</li> </ol> </li> <li>• Guru menutup pembelajaran dengan doa bersama dan mengucapkan salam</li> <li>• Siswa kembali ke kelas</li> </ul>	20 menit
---	---	----------

## J. Rubrik Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<b>Aspek Psikomotor</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Penampilan praktik</li> </ul>	Tes praktik (Kinerja)	Lembar pengamatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eksekusi Keterampilan</li> <li>Membuat keputusan</li> <li>Mendukung</li> <li>Bagaimanakah cara efektif melakukan pasing bawah?</li> <li>Menunjukkan sikap disiplin dan tanggung jawab</li> </ul>
<b>Aspek Kognitif</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memahami tahapan rangkaian gerak pasing bawah</li> </ul>	Tes lisan	Lembar pertanyaan kuis	
<b>Aspek Afektif</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tanggung jawab dan disiplin dalam pembelajaran</li> </ul>	Tes Observasi	Lembar observasi	

### A. Instrumen Penilaian Sikap

#### Lampiran

#### Penilaian KI 1

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SPIRITAL

#### (LEMBAR OBSERVASI)

##### A. Petunjuk Umum

1. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa *Lembar Observasi*.
2. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

##### B. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada Lembar Observasi dengan ketentuan sebagai berikut.

4 apabila selalu melakukan perilaku yang diamati.

3 apabila sering melakukan perilaku yang diamati.

2 apabila kadang-kadang melakukan perilaku yang diamati

1 apabila tidak pernah melakukan perilaku yang diamati

##### C. Lembar Observasi

## LEMBAR OBSERVASI

Kelas : .....

Semester : .....

Tahun Ajaran : .....

Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ....

Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.

Indikator Sikap :

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.	Selalu mengamalkan ajaran agama yang dianut.	4
	Sering mengamalkan ajaran agama yang dianut.	3
	Kadang-kadang mengamalkan ajaran agama yang dianut.	2
	Tidak pernah mengamalkan ajaran agama yang dianut.	1
2. Mengembangkan sikap toleransi antar umat beragama.	Selalu menghormati dan toleran terhadap pemeluk agama lain.	4
	Sering menghormati dan toleran terhadap pemeluk agama lain.	3
	Kadang-kadang menghormati dan toleran terhadap pemeluk agama lain.	2
	Tidak menghormati dan toleran terhadap pemeluk agama lain.	1

## Lembar Penilaian

No.	Nama Peserta Didik	Skor Aspek yang Dinilai (1 - 4)		Jumlah Perolehan Suara	Skor Akhir	Tuntas/Tidak Tuntas			
		Indikator							
		1	2						
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
dst.									

## Penilaian KI 2

### INSTRUMEN PENILAIAN SIKAP SOSIAL (LEMBAR OBSERVASI)

#### A. Petunjuk Umum

1. Instrumen penilaian sikap spiritual ini berupa Lembar Observasi.
2. Instrumen ini diisi oleh guru yang mengajar peserta didik yang dinilai.

#### B. Petunjuk Pengisian

Berdasarkan pengamatan Anda selama dua minggu terakhir, nilailah sikap tiap peserta didik Anda dengan memberi skor 4, 3, 2, atau 1 pada Lembar Observasi dengan ketentuan sebagai berikut.

- 4 apabila selalu melakukan perilaku yang diamati.
- 3 apabila sering melakukan perilaku yang diamati.
- 2 apabila kadang-kadang melakukan perilaku yang diamati
- 1 apabila tidak pernah melakukan perilaku yang diamati

### C. Lembar Observasi

Kelas : ....

Semester : ....

Tahun Ajaran : ....

Periode Pengamatan : Tanggal ... s.d. ...

Butir Nilai : Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (gotong royong, kerjasama, toleran, dan damai), santun, responsif dan proaktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.

#### Indikator Sikap

Indikator Sikap	Deskripsi	Skor
1. Membangun sikap tanggung jawab saat melakukan permainan,	Selalu menanyakan materi yang belum dipahami.	4
	Sering menanyakan materi yang belum dipahami.	3
	Kadang-kadang menanyakan materi yang belum dimengerti.	2
	Tidak pernah menanyakan materi yang belum dipahami.	1
2. Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga.	Selalu memunculkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan olahraga.	4
	Sering memunculkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan olahraga.	3
	Kadang-kadang memunculkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan olahraga.	2
	Tidak pernah memunculkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan olahraga.	1

## **PETUNJUK PENENTUAN NILAI SIKAP**

### **1. Rumus Penghitungan Skor Akhir**

$$\text{Skor Akhir} = \frac{\text{jumlah Perolehan Skor}}{\text{Skor Maksimal}} \times 4$$

Skor Maksimal = Banyaknya Indikator x 4

### **2. Kategori nilai sikap peserta didik didasarkan pada Permendikbud No. 81A Tahun 2013, yaitu:**

Sangat Baik (SB) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $3,33 < \text{Skor Akhir} \leq 4,00$

Baik (B) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $2,33 < \text{Skor Akhir} \leq 3,33$

Cukup (C) : apabila memperoleh SKor Akhir:  $1,33 < \text{Skor Akhir} \leq 2,33$

Kurang (K) : apabila memperoleh Skor Akhir:  $\text{Skor Akhir} \leq 1,33$

## **Penilaian KI 3**

### **Uji Kompetensi**

Uraian:

Diskripsikan teknik passing passing bawah dalam permainan bola voli dengan benar.

Diskripsikan gerakan teknik passing passing bawah dalam permainan bola voli dengan benar.

Diskripsikan sikap badan saat teknik passing bawah dalam permainan bola voli dengan benar.

Diskripsikan kesalahan yang sering terjadi saat melakukan pasing bawah dalam bola voli

Rubrik penilaian:

Setiap butir soal yang benar mendapat nilai 25

## Penilaian KI 4

### Job Sheet

Nama	:	.....
Kelas	:	.....
No. Absen:	.....	

#### A. *Tugas*

Melakukan latihan keterampilan teknik dasar bola voli.

#### B. *Alat dan Bahan*

1. Buku-buku referensi.
2. Majalah atau koran

#### C. *Langkah Kegiatan*

1. Peserta didik mencari bahan referensi mengenai latihan keterampilan teknik dasar sepak bola.
2. Peserta didik berdiskusi mengenai latihan keterampilan teknik dasar sepak bola.
3. Peserta didik mempraktikkan latihan keterampilan teknik dasar sepak bola.

#### D. *Penilaian*

No.	Aspek yang Dinilai	SkalaNilai			
		1	2	3	4
1.	Hasil Identifikasi				
2.	Akurasi Analisis				
3.	Materi Presentasi				
4.	Penampilan				
	Nilai Total				
	Keterangan: Sempurna : 4 Kurang Sempurna : 2 – 3 Tidak Sempurna : 1				

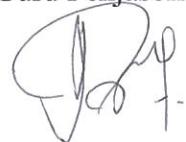
**E. Analisis Hasil**

**Analisis Hasil (Diisi Guru)**

Magelang, 22 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Penjasorkes,



Muhammad Rofiq Muttaqin, S.Pd.

NIP. 19720418 200701 1 014

Mahasiswa PPL,



Yogi Ardi Setiawan

NIM . 12601244051

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN**  
**(RPP)**

Sekolah	: SMA N 1 MERTOYUDAN
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI / 1
Materi Pokok	: <b>Senam Ketangkasan</b>
Sub Materi Pokok	: Guling Depan dan Guling Belakang
Alokasi Waktu	: 3 x 45 menit

**A. KOMPETENSI INTI**

1. Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya
2. Menghayati dan mengamalkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (gotong royong, kerja sama, toleran, damai), santun, responsif, dan proaktif dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa dalam pergaulan dunia.
3. Memahami, menerapkan, dan menganalisis pengetahuan faktual, konseptual, prosedural berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan procedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan minatnya untuk memecahkan masalah.
4. Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan metoda sesuai kaidah keilmuan.

**B. Kompetensi Dasar**

- 1.1 Menghargai tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya sebagai anugerah Tuhan yang tidak ternilai.
- 2.2 Bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kemajuan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar, serta dalam penggunaan sarana dan prasarana pembelajaran.
- 2.6 Disiplin selama melakukan berbagai aktivitas.

- 3.6 Menganalisis dan mengkategorikan keterampilan gerak senam ketangkasan menggunakan meja lompat serta menyusun rencana perbaikan.
- 4.6 Mempraktikkan perbaikan keterampilan dua jenis gerak dasar senam ketangkasan menggunakan meja lompat sesuai hasil analisis dan kategorisasi

### **C. Indikator Pencapaian Kompetensi**

- 1.1.1 Menjaga tubuh dengan seluruh perangkat gerak dan kemampuannya yang diberikan oleh Tuhan
- 2.2.1 Menumbuhkan sikap tanggung jawab saat melakukan permainan,
- 2.6.1 Menunjukkan sikap disiplin dalam aktivitas olahraga,
- 3.6.1 Peserta didik dapat memahami teknik untuk melakukan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang
- 3.6.2 Peserta didik dapat mengetahui langkah-langkah melakukan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang
- 4.6.1 Peserta didik dapat melakukan langkah-langkah gerakan Guling Depan dan Guling Belakang.
- 4.6.2 Peserta didik dapat melakukan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang.

### **D. Tujuan Pembelajaran**

Pada akhir pembelajaran peserta didik diharapkan:

1. Mensyukuri atas nikmat yang diberikan oleh Tuhan,
2. Mengembangkan perilaku sportif, bertanggung jawab, menghargai perbedaan, kerja sama, toleransi, disiplin, serta sikap menerima kekalahan dalam pelaksanaan pembelajaran penjasorkes,
3. Memahami langkah-langkah melakukan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang
4. Mempraktikkan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang sebanyak 3 kali.

### **E. Materi Pembelajaran**

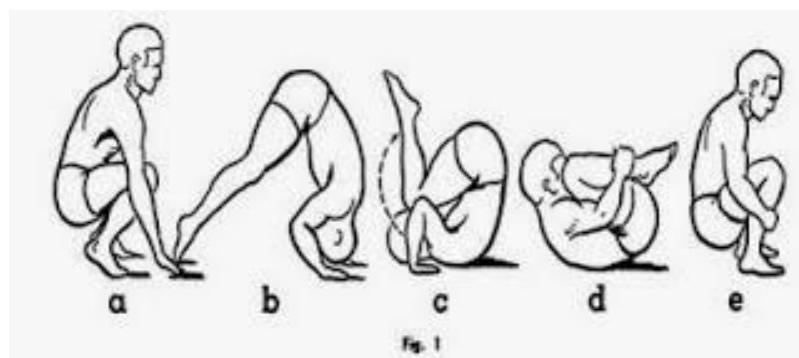
#### **PENGERTIAN ROLLING DEPAN**

Guling ke depan atau guling ke depan adalah berguling ke depan atas bagian belakang badan (tengkuk, punggung, pinggang dan panggul bagian belakang). Latihan ke depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu guling ke depan dengan sikap awal jongkok dan guling ke depan dengan sikap awal berdiri.

## CARA MELAKUKAN ROLL DEPAN SECARA UMUM

- a. Mula-mula sikap jongkok, kedua kaki rapat, letakkan lutut ke dada, kedua tangan menumpu di depan ujung kaki kira-kira 40 cm.
- b. Bengkokkan kedua tangan, letakkan pundak pada matras dengan menundukkan kepala, dagu sampai ke dada
- c. Lanjutkan dengan melakukan gerakan berguling ke depan, ketika panggul menyentuh matras, peganglah tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok.

### Gambar cara melakukan roll depan



### Kesalahan – kesalahan

1. Kedua tangan yang bertumpu tidak dapat (dibuka terlalu lebar atau terlalu sempit, terlalu jauh atau terlalu dekat) dengan ujung kaki.
2. Tumpuan salah satu atau keduia tangan kurang kuat, sehingga keseimbangan badan kurang sempurna dan akibatnya badan jauh kesamping.
3. Bahu tidak diletakkan diatas matras saat tangan dibengkokkan.
4. Saat gerakan berguling ke depan kedua tangan tidak ikut melolak.

## PENGERTIAN ROLLING BELAKANG

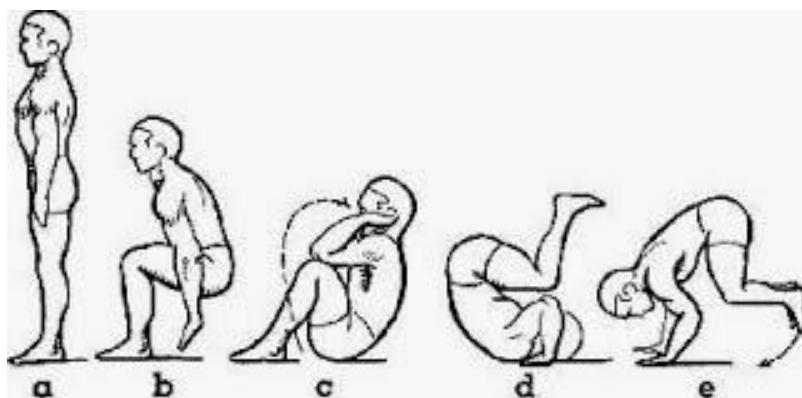
**Senam Lantai Roll Belakang** - Senam lantai roll belakang adalah gaya gerakan senam yang dimana posisi badan berguling ke arah belakang badan melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung, dan tengkuk. Senam Lantai Roll Belakang adalah gerakan badan berguling kearah belakang melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung, dan tengkuk.

Guling ke belakang atau guling ke belakang adalah dimana posisi badan tetap harus membulat, yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, kepala ditundukkan sampai dagu melekat di dada. Berlawanan arah dengan rol depan.

## CARA MELAKUKAN ROLL BELAKANG

### 1. Roll belakang secara umum

- a. Sikap permulaan dalam posisi jongkok, kedua tangan di depan dan kaki sedikit rapat
- b. Kepala ditundukkan kemudian kaki menolak ke belakang
- c. Pada saat panggul mengenai matras, kedua tangan segera dilipat ke samping telinga dan telapak tangan menghadap ke bagian atas untuk siap menolak.
- d. Kaki segera diayunkan ke belakang melewati kepala, dengan dibantu oleh kedua tangan menolak kuat dan kedua kaki dilipat sampai ujung kaki dapat mendarat di atas matras, ke sikap jongkok.



### F. Metode Pembelajaran

1. Pendekatan : Saintifik
2. Model : Direct Intruction
3. Metode : Komando

### G. Media/alat pembelajaran

Media :

1. Gambar rangkaian Guling Depan dan Guling Belakang

Alat :

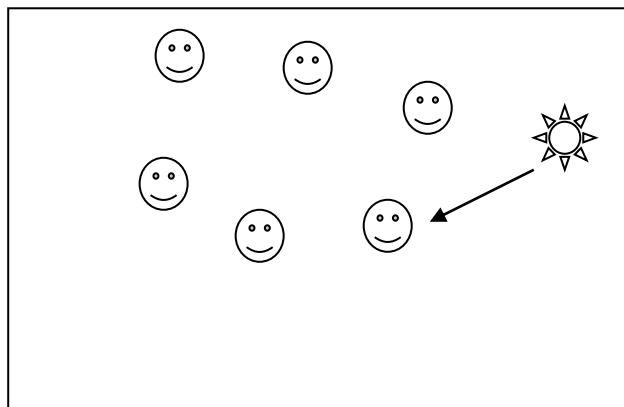
1. Cone
2. Peluit
3. Stopwatch
4. Matras
5. Bola

## **H. Kegiatan Pembelajaran**

### **I. Kegiatan Awal (4 Menit)**

1. Guru membariskan peserta didik menjadi 2 shaf
2. Setelah itu dilanjutkan dengan berdoa bersama-sama
3. Dilanjutkan dengan salam
4. Setelah salam dilanjutkan dengan presensi
5. Menyampaikan apersepsi kepada seluruh peserta didik
6. Peserta didik diberi kesempatan bertanya terkait materi yang akan dilaksanakan
7. Peserta didik melakukan pemanasan dengan permainan

Gambar :



Keterangan :

☺ : peserta didik yang ditangkap

★ : peserta didik yang menangkap

Peraturan :

Salah 1 peserta didik dipilih untuk menjadi pengejar, dan peserta didik yang tidak terpilih menjadi pengejar bertugas menghindar jangan sampai tersentuh oleh orang yang sedang mengejar. Kegiatan tersebut dilakukan dengan berjalan cepat tidak boleh ada yang berlari. Apabila ada peserta didik yang tertangkap maka ikut menjadi pengejar, begitu seterusnya sampai semua tertangkap.

### **II. Kegiatan Inti (8 Menit)**

#### **1. Mengamati**

Peserta didik mengamati media gambar gerakan Guling Depan dan Guling Belakang yang ditunjukan oleh guru kemudian memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengamati permasalahan yang ada pada

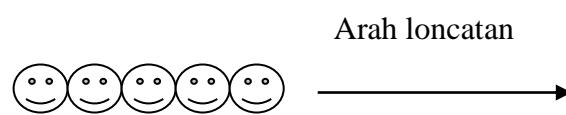
gerakan Guling Depan dan Guling Belakang. Gambar terdiri dari gerakan Guling Depan dan Guling Belakang.

## **2. Menanya**

Setelah peserta didik mengamati gambar gerakan Guling Depan dan Guling Belakang, guru menjelaskan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan loncat harimau. Setelah melakukan perbaikan gerakan, peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya memantapkan gerakannya.

## **3. Mengeksplorasi**

- a. Peserta didik memperagakan mulai dari gerakan guling depan dari posisi jongkok berulang-ulang secara bergantian dengan koordinasi yang baik
- b. Peserta didik memperagakan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang berulang-ulang secara bergantian dengan koreksi oleh guru saat terjadi kesalahan
- c. Peserta didik melakukan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang berulang-ulang secara bergantian dengan koordinasi yang baik serta menunjukkan perilaku percaya diri, kerjasama, tanggung jawab, dan menghargai teman



## **4. Mengasosiasi**

Peserta didik menalar apa yang sudah dilakukan serta mengoreksi, dengan dilakukannya hal tersebut diharapkan siswa dapat menemukan teknik yang tepat dalam melaksanakan Guling Depan dan Guling Belakang

## **5. Mengkomunikasikan**

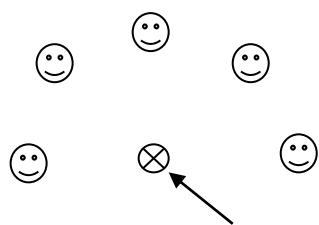
Peserta didik memperagakan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang dalam 3x kesempatan dengan menunjukkan sikap percaya diri, kerjasama, tanggung jawab, dan menghargai teman.

### III. Penutup (3 Menit)

#### 1. Melakukan pendinginan dengan permainan

Peserta didik membentuk lingkaran dan semuanya berhitung mulai dari 1 sampai selesai, setelah itu ditengah lingkaran ada sebuah bola dan peserta didik mengelilingi bola. Apabila guru memberikan aba-aba dengan mengatakan angka 1(satu) maka peserta didik yang mendapat angka 1 harus maju menyentuh bola yang berada di tengah lingkaran, setelah selesai maka peserta didik nomor 1 tersebut kembali ke lingkaran dengan mengucapkan nomor orang lain dengan bebas. Misalnya menyebut angka 6 maka peserta didik yang mempunyai angka 6 harus maju menyentuh bola dan kembali ke lingkaran lagi. Begitu seterusnya.

Gambar :



2. Setelah pendinginan selesai maka peserta didik berbaris menjadi 2 shaf
3. Guru memberikan pertanyaan kepada peserta didik terkait apa saja yang sudah di dapat selama proses pembelajaran berlangsung untuk mengukur penguasaan materi
4. Bersama-sama dengan peserta didik dan/atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pelajaran
5. Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
6. Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan/atau memberikan tugas baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik
7. Selanjutnya berdoa dan salam penutup

## I. Penilaian

Penilaian dilaksanakan selama proses dan sesudah pembelajaran

Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen
<b>Aspek Psikomotor</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Penampilan praktik</li> </ul> <b>Aspek Kognitif</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Memahami rangkaian gerak Guling Depan dan Guling Belakang</li> </ul> <b>Aspek Afektif</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanggung jawab dan disiplin dalam pembelajaran</li> </ul>	Tes praktik (Kinerja) Tes lisan Tes observasi	Lembar pengamatan Lembar pertanyaan kuis Lembar observasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eksekusi Keterampilan</li> <li>• Membuat keputusan</li> <li>• Mendukung</li> <li>• Bagaimanakah cara efektif Guling Depan dan Guling Belakang?</li> <li>• Menunjukkan sikap disiplin dan tanggung jawab</li> </ul>

### 1. PENILAIAN SIKAP

Pengamatan dalam proses penilaian dilakukan saat peserta didik melakukan kegiatan pembelajaran.

#### RUBRIK PENILAIAN SIKAP PEMBELAJARAN GULING DEPAN DAN GULING BELAKANG

No.	Sikap yang Diharapkan	Cek Mark (✓)				
		1	2	3	4	5
1.	Disiplin <ol style="list-style-type: none"> <li>Hadir tepat waktu</li> <li>Mengikuti seluruh proses pembelajaran</li> <li>Mentaati prosedur kerja</li> <li>Selesai tepat waktu</li> </ol>					

2.	<p>Kerjasama</p> <p>a. Sebagai anggota melibatkan diri dan mengambil peran secara aktif dalam kelompok</p> <p>b. Sebagai anggota kelompok berbagi tugas dengan anggota lain</p> <p>c. Tidak mengganggu peserta lain</p> <p>d. Membantu menyiapkan dan merapikan peralatan pembelajaran.</p>				
3.	<p>Tanggung jawab</p> <p>a. Berupaya menyelesaikan seluruh tugas yang diberikan</p> <p>b. Menggunakan waktu secara efisien untuk mengerjakan seluruh tugas</p> <p>c. Melaporkan setiap peristiwa yang memerlukan penanganan guru</p> <p>d. Menjaga kebersihan kelas selama pembelajaran</p>				
Jumlah					
Jumlah Nilai Maksimal		15			

Nilai	Kriteria Penilaian Sikap
5	Jika 4 kriteria terpenuhi
4	Jika 3 kriteria terpenuhi
3	Jika 2 kriteria terpenuhi
2	Jika 1 kriteria terpenuhi
1	Jika tidak ada kriteria yang terpenuhi

**Jumlah skor yang diperoleh**

**Penilaian Sikap = X 20%**

**Jumlah skor maksimal**

## **2. PENILAIAN PENGETAHUAN**

### **1. SOAL**

#### **RUBRIK PENILAIAN**

#### **PENGETAHUAN TENTANG GULING DEPAN DAN GULING BELAKANG**

No.	Pertanyaan	Kualitas Jawaban			
		1	2	3	4
1.	Sebutkan tahapan gerakan Guling Depan dan Guling Belakang				
2.	Sebutkan kesalahan yang sering dilakukan pada Guling Depan dan Guling Belakang				
Jumlah Nilai					
Jumlah Nilai Maksimal		8			

## **2. KUNCI JAWABAN**

No. Soal	Langkah-Langkah
1.	a. Awalan b. Guling c. Mendarat dengan kedua tangan menempelkan dagu ke dada d. Akhiran dengan menggelindingkan badan
2.	a. Langkah awalan kurang berirama b. Saat guling tangan tidak sejajar c. Saat mendarat tidak menggunakan tangan sebagai tumpuan d. Gerakan akhiran yang miring
Nilai	Kriteria Penilaian
1	Jika menyebutkan 1 jawaban
2	Jika menyebutkan 2 jawaban
3	Jika menyebutkan 3 jawaban
4	Jika menyebutkan 4 jawaban

**Jumlah skor yang diperoleh**  
**Penilaian Pengetahuan = X 30%**  
**Jumlah skor maksimal**

### **3. PENILAIAN KETERAMPILAN**

#### **1) Petunjuk Penilaian**

Penilaian aspek keterampilan diberikan dalam satu bentuk yaitu penilaian terhadap kesempurnaan/keterampilan sikap/cara melakukan suatu proses gerakan.

#### **2) Butir Soal Keterampilan (Unjuk Kerja).**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KETERAMPILAN GULING DEPAN DAN GULING**  
**BELAKANG**

<b>No.</b>	<b>Aspek yang Dinilai</b>	<b>Cek Mark (✓)</b>			
		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1.	Awalan : Sikap berdiri memberi hormat, posisi tangan dan kaki.				
2.	Pelaksanaan : Tumpuan saat mengguling kepala bagian belakang dan dagu selalu menempel ke dada.				
3.	Akhiran : Tekuk kepala hingga menunduk dan punggung dibulatkan sehingga terjadi gulingan ke depan. Akhiri dengan posisi jongkok serta tangan lurus ke depan.				
Jumlah					
Jumlah Nilai Maksimal		12			

<b>Nilai</b>	<b>Kriteria Penilaian Kualitas</b>
4	Jika semua 4 unsur gerakan terpenuhi
3	Jika hanya 3 unsur gerakan terpenuhi
2	Jika hanya 2 unsur gerakan terpenuhi
1	Jika hanya 1 unsur gerakan terpenuhi

**Jumlah skor yang diperoleh**  
**Penilaian keterampilan = X 50%**  
**Jumlah skor maksimal**

#### 4. Rekapitulasi Penilaian

No	Nama Peserta Didik	Aspek-aspek yang dinilai			Jumlah = S+P+K	Nilai Kualitatif
		Nilai Sikap	Nilai Pengetahuan	Nilai Keterampilan		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						

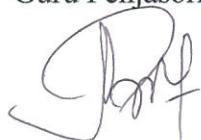
#### RUBRIK REKAPITULASI PENILAIAN GULING DEPAN DAN GULING BELAKANG

JUMLAH SKOR	NILAI	NILAI KUALITATIF
76-100	SB	Sangat Baik
51-75	B	Baik
26-50	C	Cukup
0-25	K	Kurang

Magelang, 29 Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Penjasorkes,



Muhammad Rofiq Muttaqin, S.Pd.

NIP. 19720418 200701 1 014

Mahasiswa PPL,



Yogi Ardi Setiawan

NIM . 12601244051

**DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK**  
**SMA NEGERI 1 MERTOYUDAN TAHUN AJARAN 2015/2016**

MATA PELAJARAN : PJOK SEMESTER : GASAL  
 KELAS/ PROGRAM : XI IPA 1 TAHUN AJARAN : 2015/2016

NO.	NAMA	L/P	TANGGAL PELAKSANAAN PEMBELAJARAN				JUMLAH HADIR
			13AGS15	20AGS15	27AGS2015	03SPT15	
1	Alfinatul Lutfi	P	✓	✓	✓	✓	
2	Amanda Jashinta	P	✓	✓	✓	✓	
3	Ananda Husna	P	✓	✓	✓	✓	
4	Anggi Abhi P	L	✓	✓	✓	✓	
5	Anisa Putri S	P	✓	✓	✓	✓	
6	Apriliani Intan P	P	✓	✓	✓	✓	
7	Ari Prasetyo W	L	✓	✓	✓	✓	
8	Catur Hari K	L	✓	✓	✓	✓	
9	Chandra Bayu P	L	✓	✓	✓	✓	
10	Cresentia Elian B. A	P	✓	✓	✓	✓	
11	Dian Andani	P	✓	✓	✓	✓	
12	Dini Safitri A	P	✓	✓	✓	✓	
13	Elisa Lintang A	P	S	✓	✓	✓	
14	Erlilia Swastika	P	✓	✓	✓	✓	
15	Fandy Nur I	L	✓	✓	✓	✓	
16	Ferdi Arga P	L	✓	✓	✓	✓	
17	Hayyin Fadhilah	P	✓	✓	✓	✓	
18	Ika Nurul I	P	✓	✓	i	✓	
19	Indah Diana D	P	✓	✓	A	✓	
20	M. Arief Widhi P	L	✓	✓	A	✓	
21	Mia Rizqiana	P	✓	✓	i	✓	
22	Muhammad Volta S U	L	✓	✓	✓	✓	
23	Nindia Dwita N	P	✓	✓	✓	✓	
24	Novia Ermawati	P	✓	✓	✓	✓	
25	Pijar Ridho P	L	✓	✓	✓	✓	
26	Popy Luviana	P	✓	✓	i	✓	
27	Prahantyia Yudha T	L	i	✓	✓	✓	
28	Rendy Aldian K	L	✓	✓	✓	✓	
29	Rizky Fajar M	L	✓	i	✓	✓	
30	Sella Arum A S	P	✓	✓	✓	✓	
31	Waskitho Adhi S	L	✓	✓	✓	✓	
32	Wawan Prasetyo U	L	✓	✓	✓	✓	
Materi Pembelajaran			Jalan Cepat	Sepak Bola	Bola Voli	Snm. Lantai	
Keterangan							

**DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK**  
**SMA NEGERI 1 MERTOYUDAN TAHUN AJARAN 2015/2016**

MATA PELAJARAN KELAS/ PROGRAM		: PJOK : XI IPA 2		SEMESTER TAHUN AJARAN		: GASAL : 2015/2016	
NO.	NAMA	L/P	TANGGAL PELAKSANAAN PEMBELAJARAN				JUMLAH HADIR
			13AGS15	20AGS15	27AGS2015	03SPT15	
1	Afrizal Dandi M	L	✓	✓	✓	✓	
2	Ageng Eza I	L	i	✓	✓	✓	
3	Aldi Ferydian B	L	✓	✓	✓	✓	
4	Anang Maulana	L	✓	✓	✓	✓	
5	Ananta Yudha A	L	✓	✓	✓	✓	
6	Ari Doni S	L	✓	✓	✓	✓	
7	Aura Shinta N	P	✓	✓	✓	✓	
8	Ayu Somara D	P	✓	✓	✓	✓	
9	Bayu Saputra	L	✓	✓	✓	✓	
10	Chrisna Bagus P	L	✓	✓	✓	✓	
11	Dava Umi A	P	✓	✓	✓	✓	
12	Deviana Gusmayanti	P	✓	✓	✓	✓	
13	Dian Septianita	P	✓	✓	✓	✓	
14	Dina Florensia S	P	✓	✓	✓	✓	
15	Evy Aulia A	P	✓	✓	✓	✓	
16	Farid Ubaidillah	L	✓	✓	✓	✓	
17	Hafid Rizky V A	L	✓	✓	✓	✓	
18	Hananda Alif F	L	✓	✓	✓	✓	
19	Ichsan Adhi W	L	✓	✓	✓	✓	
20	Larasati Ramadhani	P	✓	✓	✓	✓	
21	Livindasari	P	✓	✓	✓	✓	
22	Maulana Ali S Z	L	✓	✓	✓	✓	
23	Muhammad Farid B	L	✓	✓	✓	✓	
24	Muhammad Kholid S	L	✓	✓	✓	✓	
25	Ni Desak Made Ayu I N	P	✓	✓	✓	✓	
26	Niken Ambar A	P	✓	✓	✓	✓	
27	Nuzulul Liasari	P	✓	✓	✓	✓	
28	Rafael Primus S	L	✓	✓	✓	✓	
29	Satria Prayudha R	L	✓	✓	✓	✓	
30	Sri Handayani	P	✓	✓	✓	✓	
31	Yoga Arsyil M	L	✓	✓	✓	✓	
32							
Materi Pembelajaran			Jalan Cepat	Sepak Bola	Bola Voli	Senam Lantai	
Keterangan							

**DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK**  
**SMA NEGERI 1 MERTOYUDAN TAHUN AJARAN 2015/2016**

MATA PELAJARAN	: PJOK		SEMESTER	: GASAL	
KELAS/ PROGRAM	: XI IPA 3		TAHUN AJARAN	: 2015/2016	
NO.	NAMA	L/P	TANGGAL PELAKSANAAN PEMBELAJARAN		
			11AGS15	18AGS15	25AGS2015
1	Alfi Faza N I	P	√	√	√
2	Alfi Nurcahyasari	P	√	√	√
3	Angga Pradipta Y	L	√	√	√
4	Annisa Nur F	P	√	√	√
5	Arsylia Riskhi N	P	√	√	√
6	Celine Alfiona	P	√	√	√
7	Citra Ayu F	P	√	√	√
8	Dhimas Prasian N S	L	√	√	√
9	Diqqi Aulia Firdaus	L	√	√	S
10	Dwi Putri U	P	√	√	√
11	Fernando Dony M	L	√	√	√
12	Firmando Danang K	L	√	√	√
13	Josua Jaya M	L	√	√	√
14	Julian Cahya R	L	√	√	√
15	Lutfi Dicky W	L	√	√	√
16	Milatina Azka S	P	√	√	√
17	Monica Aleksandra Y P	P	√	√	√
18	Muhammad Fachirza S	L	A	√	√
19	Muhammad Thoriq D	L	√	√	√
20	Muhammad Wildan F	L	√	√	√
21	Nidi Amalia F	P	√	√	√
22	Nindi Galih S	P	√	√	√
23	Putri Alifia W	P	A	√	√
24	Rizki Kurniasari	P	√	√	√
25	Satria Asih	L	√	√	√
26	Setiawan Rofianto	L	√	√	√
27	Venna Adella Sera F	P	√	√	√
28	Virya Akhmadian T	L	√	√	√
29	Wisnu Agam W	L	√	√	√
30	Yoel Chandra Eka P	L	√	√	√
31	Yosia Kristiant W	L	√	√	√
32					
Materi Pembelajaran		Jalan Cepat	Sepak Bola	Bola Voli	Senam Lantai
Keterangan					

**DAFTAR HADIR PESERTA DIDIK**  
**SMA NEGERI 1 MERTOYUDAN TAHUN AJARAN 2015/2016**

NO.	NAMA	L/P	TANGGAL PELAKSANAAN PEMBELAJARAN				JUMLAH HADIR
			11AGS15	18AGS15	25AGS2015	01SPT15	
1	Abigael Lestari H		✓	✓	✓	✓	
2	Afi Maulana R		✓	✓	✓	✓	
3	Ahda Farrel A		✓	✓	✓	✓	
4	Aji Prayoga		✓	✓	✓	A	
5	Alicia Roberta P W		✓	✓	✓	✓	
6	Alyando Amanda		✓	✓	✓	✓	
7	Anisyah Prastiika D		✓	✓	✓	✓	
8	Arsyad Aminulloh F		✓	✓	✓	✓	
9	Aulia Anlanosa D		✓	✓	✓	✓	
10	Dhandi Dwi N D		✓	✓	✓	✓	
11	Dwi Kusumawati		✓	✓	✓	✓	
12	Dwi Retno K		✓	✓	✓	✓	
13	Dega Puspa R		✓	✓	✓	✓	
14	Faisal Rahmat H		✓	✓	✓	✓	
15	Fandi Agus I		✓	✓	✓	✓	
16	Firdaus Galang A		✓	✓	✓	✓	
17	Gilang Ahmad F		✓	✓	✓	✓	
18	Hafis Muhammin P P		✓	✓	✓	✓	
19	Ilsiawan Kurnia R		✓	✓	✓	✓	
20	Iman Panggah P		✓	✓	✓	✓	
21	Kharisma Rike P		✓	✓	✓	✓	
22	Mohammad Ajie B		A	✓	✓	✓	
23	Rizky Kurniandito H		✓	✓	✓	✓	
24	Ronaldo Ghandy F A		✓	✓	✓	✓	
25	Sekar Ayu W		✓	✓	✓	✓	
26	Shenadia Melva F		✓	✓	✓	✓	
27	Syahlan Yuanriza		✓	✓	✓	✓	
28	Wisnu Aryasani		✓	✓	✓	✓	
29	Yanyzar Shidqy K		✓	✓	✓	✓	
30	Yolanda Ely S D		✓	✓	✓	✓	
31	Zahrul Ricky F		✓	✓	✓	✓	
32							
Materi Pembelajaran			Jalan Cepat	Sepak Bola	Bola Voli	Senam Lantai	
Keterangan							



## LAPORAN DANA PELAKSANAAN PPL/MAGANG III

Lampiran 10

Universitas Negeri Yogyakarta

Nomor Lokasi :

Nama Sekolah/Lembaga : SMA Negeri 1 Mertoyudan

Alamat Sekolah/Lembaga : Jl. Pramuka 49 Perumahan Panca Arga I Mertoyudan, Kabupaten Magelang, Jawa Tengah

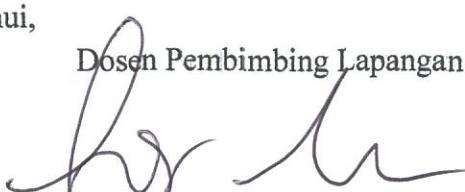
No.	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)				
			Swadaya/ Sekolah/ Lembaga	Mahasiswa	Pemda Kabupaten	Sponsor/ Lembaga Lainnya	Jumlah
1.	Pembuatan RPP	6 RPP untuk mengajar		Rp. 30.000,-			Rp. 30.000,-
2.	Pembuatan Media Pembelajaran	2 Double tip 1 Pigura Triplek		Rp. 5.000,- Rp. 20.000,-			Rp. 25.000,-
3.	Pembuatan Laporan	1 laporan dan lampiran		Rp. 30.000,-			Rp. 30.000,-
<b>Total Jumlah Keseluruhan</b>							<b>Rp. 85.000,-</b>

Magelang, 9 September 2015

Mengetahui,



Dosen Pembimbing Lapangan

  
Herka Maya Jatmika, S.Pd.Jas., M.Pd  
NIP. 19820101 200501 1 001

Mahasiswa

  
Yogi Ardi Setiawan  
NIM. 12601244051



## JURNAL KEGIATAN BELAJAR MENGAJAR

Lampiran 11

Universitas Negeri Yogyakarta

No.	Hari/Tanggal	Kelas	Jam	Materi	Absen	Jumlah	Keterangan
1.	Selasa, 11 Agustus 2011	XI IPA 4	07.10 – 08.30	Atletik – Jalan Cepat	1 (Alpha)	31	Praktik
		XI IPA 3	08.30 – 10.05	Atletik – Jalan Cepat	2 (Alpha)	31	Praktik
2.	Kamis, 13 Agustus 2015	XI IPA 1	07.10 – 08.30	Atletik – Jalan Cepat	Nihil (1 ijin, 1 sakit)	32	Praktik
		XI IPA 2	08.30 – 10.05	Atletik – Jalan Cepat	Nihil (1 ijin)	31	Praktik
3.	Selasa, 18 Agustus 2015	XI IPA 4	07.10 – 08.30	Permainan Sepakbola – taktik mencegah gol	Nihil	31	Praktik
		XI IPA 3	08.30 – 10.05	Permainan Sepakbola – taktik mencegah gol	1 (1 Alpha)	31	Praktik
4.	Kamis, 20 Agustus 2015	XI IPA 1	07.10 – 08.30	Permainan Sepakbola – taktik mencegah gol	1 (ijin)	32	Praktik
		XI IPA 2	08.30 – 10.05	Permainan Sepakbola – taktik mencegah gol	1 (1 ijin)	31	Praktik
7.	Selasa, 25 Agustus 2015	XI IPA 4	07.10 – 08.30	Permainan Bola Voli – passing atas dan passing bawah	2 (sakit)	31	Praktik
		XI IPA 3	08.30 – 10.05	Permainan Bola Voli – passing atas	1 (sakit)	31	Praktik

8.	Kamis, 27 Agustus 2015	XI IPA 1	07.00 – 09.15	Permainan Bola Voli – passing atas dan passing bawah	4 (2 ijin 2 alpha)	32	Praktik
		XI IPA 2	14.15 – 16.30	Permainan Bola Voli – passing atas dan passing bawah	Nihil	31	Praktik
9.	Selasa, 1 September 2015	XI IPA 4	07.00 – 09.15	Senam Lantai – Guling Depan dan Guling Belakang	Nihil	31	Praktik
		XI IPA 3	09.15 – 11.45	Senam Lantai – Guling Depan dan Guling Belakang	Nihil	31	Praktik
10.	Kamis, 3 September 2015	XI IPA 1	07.00 – 09.15	Senam Lantai – Guling Depan dan Guling Belakang	Nihil	32	Praktik
		XI IPA 2	14.45 – 16.30	Senam Lantai – Guling Depan dan Guling Belakang	Nihil	31	Praktik

Magelang, 11 September 2015

Mengetahui,

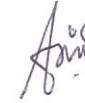
Guru Pembimbing



M. Rofiq Muttaqin, S.Pd

NIP. 19720418 200701 1014

Mahasiswa



Yogi Ardi Setiawan

NIM. 12601244051

Universitas Negeri Yogyakarta

**KEGIATAN PEMBELAJARAN**

Universitas Negeri Yogyakarta

**UPACARA**

Universitas Negeri Yogyakarta

Gebyar SMK



Jalan Santai



Lepas Sambut Kepala Sekolah

